

Referat fra ledermøte mars 2021

Sted: Digitalt (Teams)

Dato: 05.03.2021

Oppmøte

Tilhører	Navn	Stemmerett	5/3
Sentralstyret	Jill Arild		X
Sentralstyret	Bente Holm Mejdell		X
Sentralstyret	Haakon Steen		X
Sentralstyret	Torhild Ackermann		X
Sentralstyret	Nooshin Zaery		X
Sentralstyret	Mille Plassgård Falstad		X
Sentralstyret	Karl Olaf Sundfør		X
Sentralstyret (vara)	Aina Nybakke Rugelsjøen		X
Sentralstyret (vara)	Wenche Steenstrup		Ikke møtt
Sentralstyret (vara)	Sebastian Blancaflor		Fra 13.30
Sentralstyret (vara)	Tariq Eide		X
Ansattes representant, sentralstyret	Adrian Pracon		X
Ansattes representant, sentralstyret	Kristin Vala		X
Mental Helse Agder	Anne Marie Løland Jensen	X	X
Mental Helse Agder	Elisabeth Lauvrak		Ikke møtt
Mental Helse Finnmark	Gøril Hvidsten		Meldt forfall
Mental Helse Hedmark	Rune Lundquist	X	X
Mental Helse Hordaland	Vibeke Hellesund	X	X
Mental Helse Møre og Romsdal	Anna Margrethe Drægebø Moe	X	X
Mental Helse Møre og Romsdal	Irene Sundholm	X	X
Mental Helse Nordland	Andreas Lund	X	X
Mental Helse Nordland	Eva Elisabeth Kanck Sjøvold	X	X
Mental Helse Oppland	Ragnar Rognlien		Meldt forfall
Mental Helse Oslo	Sara Rios	X	Fra 9.50
Mental Helse Oslo	Tom Guldberg	X	X

Mental Helse Rogaland	Martha Guldbrandsen	X	X
Mental Helse Rogaland	Janne Brit Kyllingstad		Meldt forfall
Mental Helse Sogn og Fjordane	Gerd Bjørkedal	X	Fra 9.50
Mental Helse Telemark	Heidi Skare Kristiansen		Ikke møtt
Mental Helse Troms	Ole Marius M. Johnsen	X	Fra kl 13.15
Mental Helse Trøndelag	Anna-Elise Opheim	X	X
Mental Helse Trøndelag	Tove Mette Valen	X	X
Mental Helse Vestfold	Ellen Bente Holtungen	X	X
Mental Helse Viken (Akershus og Buskerud)	Lene Marie Brobakken	X	X
Mental Helse Viken (Akershus og Buskerud)	Turid Gundersen	X	X
Mental Helse Øst	Connie Yven	X	X
Observatør, Hedmark	Finn Kristiansen		X
Observatør, Hedmark	Gry Halvorsen		X
Observatør, Oppland	Sunniva Rognlien		X
Kontrollutvalget	Øystein Høiby		X
Kontrollutvalget	Geirr Abelsen		X
Kontrollutvalget	Helga Skåden		X
Kontrollutvalget	Ingrid Løseth		X
Kontrollutvalget	Else-Berit Helle		X
Generalsekretær	Linda Berg-Heggelund		X
Økonomisjef	Øyvind Kjønås		X
Spesialrådgiver /sekretær	Siri Bråtane		X
Informasjonssjef	Kristin Bergersen		X
Organisasjonsrådgiver	Jonas Ørnes Andersen		X
Organisasjonsrådgiver	Sølvi Hagen		X
Organisasjonsrådgiver	Brita Brekke		X
Organisasjonsrådgiver	Aina Kaupang		X
Daglig leder, Hjelpetelefonen	Aslaug T. Dale		X

Saksnummer: 1/21	Sak: Godkjenning av innkalling og dagsorden
Innledning ved Jill Arild	
Landsleder Jill Arild ønsket velkommen, og det ble foretatt navneopprop og en kort presentasjon av deltagerne.	
Martha Gulbrandsen og Andreas Lund innstilles som referatunderskrivere.	

Kommentarer/innspill fra ledermøtet.

Flere av deltagerne kommenterte at de ikke hadde fått sakspapirene i posten, eller at de hadde kommet veldig sent. Administrasjonen ser på rutine for utsendelse av sakspapirer til ledermøtet.

Innkalling og dagsorden godkjennes. Martha Gulbrandsen og Andreas Lund velges til referatunderskrivere.

Saksnummer: 2/21	Sak: Protokoller
Følgende protokoller legges frem for Ledermøtet til orientering:	
<ul style="list-style-type: none"> • Protokoll fra ledermøtet i september 2020 • Protokoll fra Landsmøtet 2020 • Protokoll fra sentralstyremøte 10/20 • Protokoll fra sentralstyremøte 11/20 • Protokoll fra sentralstyremøte 12/20 • Protokoll fra sentralstyremøte 13/20 • Protokoll fra sentralstyremøte 1/21 	

Ledermøtet tar protokollene til orientering.

Saksnummer: 3/21	Sak: Tema – Den nye frivilligheten
Innledning ved landsleder Jill Arild	
<p>Strategi 2020-2022 for Mental Helse fastsetter at det skal utarbeides en ny strategi for organisasjonen. Bakgrunnen for dette er trender i samfunnet når det gjelder deltakelse og aktivitet i frivilligheten. Prosessen skal involvere alle ledd i organisasjonen og munne ut i en ny strategi som vedtas på landsmøtet i 2022. Sentralstyret har ansvaret for hvordan arbeidet skal organiseres, og utvalget skal starte sitt arbeid innen første halvår 2021.</p>	

Kommunikasjonssjef Kristin Bergersen gikk gjennom resultater fra medlemsundersøkelsen gjennomført i starten av 2021, samt en omdømmeundersøkelse gjort blant journalister i nasjonale, regionale og lokale medier. Presentasjonen er vedlagt protokollen.

Daniel Arnesen fra Institutt for samfunnsforskning redegjorde for tendenser i frivilligheten. Presentasjonen er vedlagt protokollen.

Ledermøtet gjennomførte et gruppearbeid som skal være med å danne grunnlaget for arbeidet i utvalget som skal jobbe med ny organisasjonsstrategi. Oppsummering av gruppearbeidene er vedlagt protokollen.

Det sendes ut e-post til lagene hvor lagene blir bedt om å komme med til kandidater til utvalget. Forslag på kandidater sendes til post@mentalhelse.no. Sentralstyret er ansvarlig for det videre arbeidet.

Saksnummer: 4/2	Tema: Verdensdagen
Innledning ved Henriette Johansen, kampanjekoordinator for Verdensdagen	
Henriette Johansen presenterte resultater fra Verdensdagen 2020, samt redegjorde for tema 2021. Presentasjonen er vedlagt protokollen.	

Kommentarer/innspill fra ledermøtet.

- Andreas Lund, Nordland:** Verdensdagen har jobbet godt, temaet treffer bra. Vi har jobbet med temaet i lokallaget også. Vi skal finne tilbake til hverandre etter pandemien og hvordan kan vi bygge felleskap slik at vi får med oss flere som var utenfor også før pandemien. Jeg må likevel ta opp forrige runde med plassering av inspirasjonsseminarer. Nå blir det et felles seminar for alle, enten digitalt eller fysisk. Det hadde det vært fint om man uansett hadde fått til gruppearbeid. Dersom man etter hvert kommer tilbake til at man skal ha flere fysiske seminarer er spørsmålet om man skal satse på storbyene eller distriktene. Det blir langt for de som bor i distriktene dersom man må reise til en storby.

Verdensdagen: hvor vi skal ha inspirasjonsseminarene henger sammen med økonomi og antall deltagere. Norge er et langt land og vi har lokallag mange steder, og vi ønsker at alle skal med. Vi ser av undersøkelsene vi gjør at inspirasjonsseminarene ikke nødvendigvis henger sammen med antall markeringer. Men etter de innspillene vi fikk fra Nordland i vinter så har vi tenkt på hvordan vi kan legge opp en turne dersom vi skal møte opp fysisk. Vi har ikke råd til å reise rundt til alle steder i Norge hvert år. Så mye penger har vi ikke. Antall markeringer har økt, så vi trenger også mer materiell. Mulighetene vi sitter igjen med da er evt ett felles seminar for alle eller vi kan også alternere på steder.
- Martha Gulbrandsen, Rogaland:** Det kom som en overraskelse i fjor at vi ikke lenger kunne søke økonomisk støtte fra Verdensdagen til lokale arrangementer. Hvordan er det tenkes fremover? Og kan pakkene evt tilpasses bedre til formålet?

Verdensdagen: Vi kommer til å videreføre støttepakkene også i år. Det fungerte godt fra vår side, men vi får noen tilbakemeldinger på at det er synd at man ikke får økonomisk støtte fra Verdensdagen. Bakgrunnen for valget av endring av ordningen er at det er så liten sum å dele ut at det vil bli lite på hver. Da er det mer hensiktsmessig med de forskjellige pakkene. Vi tar selvkritikk på valg av navn på pakkene, vi må kommunisere bedre hva tanken bak de forskjellige pakkene er.

- **Jill Arild:** AU har diskutert om Mental Helse kan sette av en pott med midler som kan være støtte til de lokallagene som sliter med å gjennomføre arrangementer på bakgrunn av økonomi. Dette må behandles i sentralstyret for endelig vedtak.
- **Rune Lundquist, Hedmark:** Jeg er positiv til alternering av lokasjoner ved eventuelle fysiske seminarer i fremtiden. Når det gjelder tilskuddsordninger så er det sånn at tilskuddene fra kommuner varierer veldig, så hvis Mental Helse kan få til en egen tilskuddsordning for lokallag som ønsker å markere, hadde det vært positivt. Vi har fått noen tilbakemelding fra lokallag som har bestilt pakker og ikke fått dem. Håper det kan bli en bedring på det.

Verdensdagen: Det er viktig at lagene sier ifra løpende hvis ikke de får det de skal ha.

- **Anna-Elise Opheim, Trøndelag** – Det er kostbart å reise rundt i landet med inspirasjonsseminarer. Det er bedre å ha dem som webinar. Foreslår å ha det enten på to forskjellige dager, eller et på dag og et på kveld, slik at det legges til rette for at flest mulig kan delta.

Verdensdagen: Vi har vurdert å ha webinarer både på dag og kveld, men pr i dag er det kun en ansatt og da ble det kun ett webinar. Webinarer har fått bra oppslutning, pr i dag 900 påmeldte.

- **Gerd Bjørkedal, Sogn og Fjordane:** Flott med webinar, det er problematisk å reise langt. Hvis det skal arrangeres fysiske seminarer, er det fint om ikke det legges rett inntil andre arrangementer i Mental Helse. Jeg tror også at når vi har mistet inspirasjonsseminaret til Verdensdagen lokalt, så har vi fått mindre interesse fra frivillighetssentraler og andre kommunale tjenester.
- **Andreas Lund, Nordland:** Webinar kan tas opp og tilbys som videofil til lokallag som ønsker å sitte sammen med samarbeidsparter og sitte å jobbe med dette. Pakken som jeg fikk i dag, var adressert til fylkeslaget. Kan lokallag også bestille?

Verdensdagen: Nei det er ikke tanken å sende ut til lokallag, tanken var at fylkeslaget kan distribuere til lokallag. Men heftene vil være tilgjengelig digitalt.

- **Eva Elisabeth Kanck Sjøvold, Nordland:** Nordland er et langt fylke med dårlig offentlig kommunikasjon. Folk må ofte fly for å være med på fysisk samling og det kan også innebære ekstra overnatting. Derfor er webinarer perfekte.

VD Vi hadde en edel alternativer for Nordland i fjor, men ble ikke noe av pga pandemien.

- **Torhild Ackermann, Finnmark:** Hadde vært fint om dere hadde hørt med lagene før dere bestemmer dere for lokasjoner hvis dere skal ut på turne igjen. Samme utfordring som Nordland når det gjelder avstand. Verdensdagen viktig for oss i Finnmark.

Verdensdagen: vi skal ta med oss innspillet, og er glade for å høre at Verdensdagen er viktig i Finnmark.

- **Jill Arild:** Syns Verdensdagen er blir flinke til å ta med seg innspill fra organisasjonen, og ikke bare er en aktivitet som skjer på utsiden av organisasjonen. Vi er på rett vei.

Verdensdagen: Enig i det og er glad for at det er mye engasjement rundt organisering av Verdensdagen. Vi skal ta med oss det vi kan og gjøre noe med det vi har mulighet til.

Saksnummer: 5/21	Sak: Oppnevning av utvalg som skal evaluere organisasjonsendringene fra 2016
Innledning ved landsleder Jill Arild	
<p>Som følge av vedtak gjort i Landsmøtesak 10/20 skal det nedsettes et utvalg som skal evaluere strukturendringen Landsstyre vs. Ledermøte. Hver region skal fritt velge sine deltakere i utvalget. Utvalget skal starte jobben innen første halvår 2021. Sentralstyret har utarbeidet forslag til mandat. Mandatet legges frem for ledermøtet til godkjenning.</p> <p>Forslag til mandat:</p> <p><i>Utvalget skal evaluere den organisatoriske endringen fra landsstyre til ledermøtet. Spesielt skal utvalget se på endringen fra landsstyre til ledermøte. Hvordan fungerer ordningen med at landsstyret ikke lenger er et besluttende organ hva gjelder handlingsplaner og budsjett, men har endret form og funksjon til å bli et ledermøte som er en arena for politikkutvikling og rådgiver for sentralstyret vedrørende virksomhetens politikk og drift.</i></p> <p><i>Utvalget består av 5 representanter fra fylkene hvor av en er fra region nord, en fra region midt, en fra region vest og to fra region sør-øst. Representantene foreslås av regionene og oppnevnes av Ledermøte. Landsleder leder utvalget på vegne av sentralstyret.</i></p> <p><i>Administrasjon skal gis mulighet til å komme med tilbakemelding på hvordan dagens struktur fungerer kontra tidligere organisering. Administrasjonen stiller ressurser til rådighet til sekretærfunksjon for utvalget.</i></p> <p><i>Utvalgets evaluering legges frem for ledermøtet senest våren 2022.</i></p> <p>Forslag til representanter til utvalget:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jill Arild-sentralstyret, leder for utvalget. • Tom Guldborg – Mental Helse Oslo • Andreas Lund - Mental Helse Nordland • Gry Halvorsen - Mental Helse Hedmark • Anna Margrethe Drægebø Moe - Mental Helse Møre og Romsdal 	

Fylkeslagene i vest (Rogaland, Hordaland og Sogn og Fjordane) hadde ikke meldt inn en kandidat i forkant av møtet og fikk mulighet til å oppnevne en kandidat fra sitt område.

Kommentarer/inns spill fra ledermøtet

- Viken (Akershus og Buskerud) fremmet forslag på Andreas Lyng (Mental Helse Lier) og Gry Halvorsen (Mental Helse Hedmark). Andreas Lyng står ikke på lista over foreslåtte kandidater.
- Det er mulig sentralstyret har blande Andreas Lyng og Andreas Lund når de satt opp kandidater.
- Dersom Andreas Lyng skal inn på lista over representanter det kan velges mellom, foreligger det tre kandidater fra Sør-Øst.

- Tom Guldborg trakk sitt kandidatur, slik at det kun foreligger to kandidater fra Sør-Øst.
- Mot slutten av møtet og etter at saken var ferdig behandlet mottok sekretær og generalsekretær kandidaten fra Vest: Gerd Bjørkedal fra Sogn og Fjordane.

Vedtak:

Ledermøtet godkjenner mandat og representanter til utvalget.

Utvalget består av følgende representanter:

- Jill Arild - sentralstyret, leder for utvalget.
- Andreas Lund - Mental Helse Nordland
- Gry Halvorsen - Mental Helse Hedmark
- Anna Margrethe Drægebø Moe - Mental Helse Møre og Romsdal
- Andreas Lyng - Mental Helse Lier
- Gerd Bjørkedal - Mental Helse Sogn og Fjordane

Saksnummer: 6/21	Sak: Status fylkessammenslåing
Innledning ved landsleder Jill Arild	
I hht vedtak gjort på landsmøtet 2020 skal fylkeslag være sammenslått i god tid før landsmøtet 2022, og det er ønskelig med en statusoppdatering fra de fylkene som ikke er formelt slått sammen enda.	

Innspill / kommentarer fra ledermøtet:

- **Ole Marius Minde Johnsen, Troms:** Prosessen i Troms / Finnmark går smertefritt. Vi har hatt flere sammenslåingsmøter. For et par uker siden hadde vi møte med valgkomiteen og ba dem sette i gang arbeidet. Det er utarbeidet retningslinjer for valgkomiteen som de fikk overlevert. Vi har ikke sendt formell søknad om utsettelse av årsmøte, men planlegger årsmøter 11.-13. juni. Da er det tenkt at fylkene skal ha sine separate årsmøter og sammenslåingsmøte påfølgende dag. I fjor høst satt fylkene sammen og laget forslag til handlingsplan og vi begynte å jobbe med budsjett. Opplever at det er god progresjon og vi har fått god bistand fra organisasjonsrådgiver.
- **Gerd Bjørkedal, Sogn og Fjordane:** Vi er i dialog med Hordaland. Saken skal opp på vårt årsmøte siste helgen i april. Etter det skal vi ha samarbeidsmøte med Hordaland. Så setter vi ned et utvalg som skal se på den videre prosessen. Selv om vi ikke var begeistret for sammenslåing forholder vi oss til vedtaket som er gjort og har tro på at dette skal gå greit. Opplever god dialog med Hordaland.
- **Rune Lunquist, Hedmark:** Det er dannet et arbeidsutvalg med Oppland. Vi har hatt ett treff og jobbet med sammenslåing. Begge fylkeslag har satt som mål at vi skal ha hvert vårt årsmøte våren 2022 med påfølgende sammenslåingsmøte. Har også hatt planer om møter mellom de

to fylkeslagene, men har måttet utsette dette pga Covid19. Er i prosess, og regner med å være ferdig med prosessen i april 2022.

- **Ellen Bente Holtungen, Vestfold:** Prosessen har gått bra i Vestfold og Telemark og vi slår oss sammen 24. april hvis alt går etter planen. Vi skal ha siste samling i mars hvor det skal legges frem handlingsplan og budsjett.
- **Lene Brobakken Viken (Akershus og Buskerud):** I november slo Akershus og Buskerud seg sammen og vi venter på å få med Øst i juni. Alt det formell er klart, og det er planlagt årsmøter og sammenslåingsmøte 11.-13. juni.

Saksnummer: 7/21	Sak: Åpen time
Innledning ved Anna Margrethe Drægebø Moe	
Tilskudd til nyetablerte lag – meldt av Møre og Romsdal v/ Anna Margrethe Drægebø Moe	

Når man starter nye lokallag så får det nye laget 5000,- kr i etableringstilskudd Mental Helse sentralt. Møre og Romsdal bidrar i tillegg med 2000,- kr fra fylkeslaget. Drægebø Moe lurer på om de andre fylkeslagene har satser for støtte til nyetablerte lag.

Innspill / kommentarer fra ledermøtet:

- Ellen Bente Holtungen, Vestfold – tror praksis i Vestfold er 5000,- kr
- Anna Elsie Opheim, Trøndelag – Trøndelag hadde tidligere 2000 eller 3000,- kr. Har ikke noen fast praksis nå.
- Eva Elisabeth Kanck Sjøvold, Nordland – Nordland har et oppstartstilskudd på 3000,- kr til nyetablerte lokallag
- Martha Gulbrandsen, Rogaland – Rogaland bidrar med 5000,- kr til nyoppstarta lag.

Evaluering av møte (oppsummert):

- Veldig bra møte forholdene tatt i betraktning
- God møteledelse
- Man gleder seg til å kunne møtes fysisk igjen
- En var overrasket over at saker til Åpen time måtte spilles inn på forhånd
- Veldig godt faglig innhold og gode diskusjoner

I tillegg takket Anna Margrethe Drægebø Moe og Anne Marie Løland Jensen for seg. Begge går av som fylkesledere i sine fylker på kommende årsmøte.

Landsleder takket både Anna Margrethe Drægebø Moe og Anne Marie Løland Jensen for flott innsats for Mental Helse gjennom mange år.

Referatunderskrivere:

Martha A Gulbrandsen

Martha Gulbrandsen

Andreas Lund

Andreas Lund

Vedlegg:

- Resultat fra medlemsundersøkelsen, presentasjonen til Kristin Bergersen (informasjonssjef)
- Presentasjonen til Daniel Arnesen, Institutt for samfunnsforskning
- Oppsummering av gruppearbeid
- Presentasjon av Verdensdagen ved Henriette Johansen (kampanjekoordinator Verdensdagen)



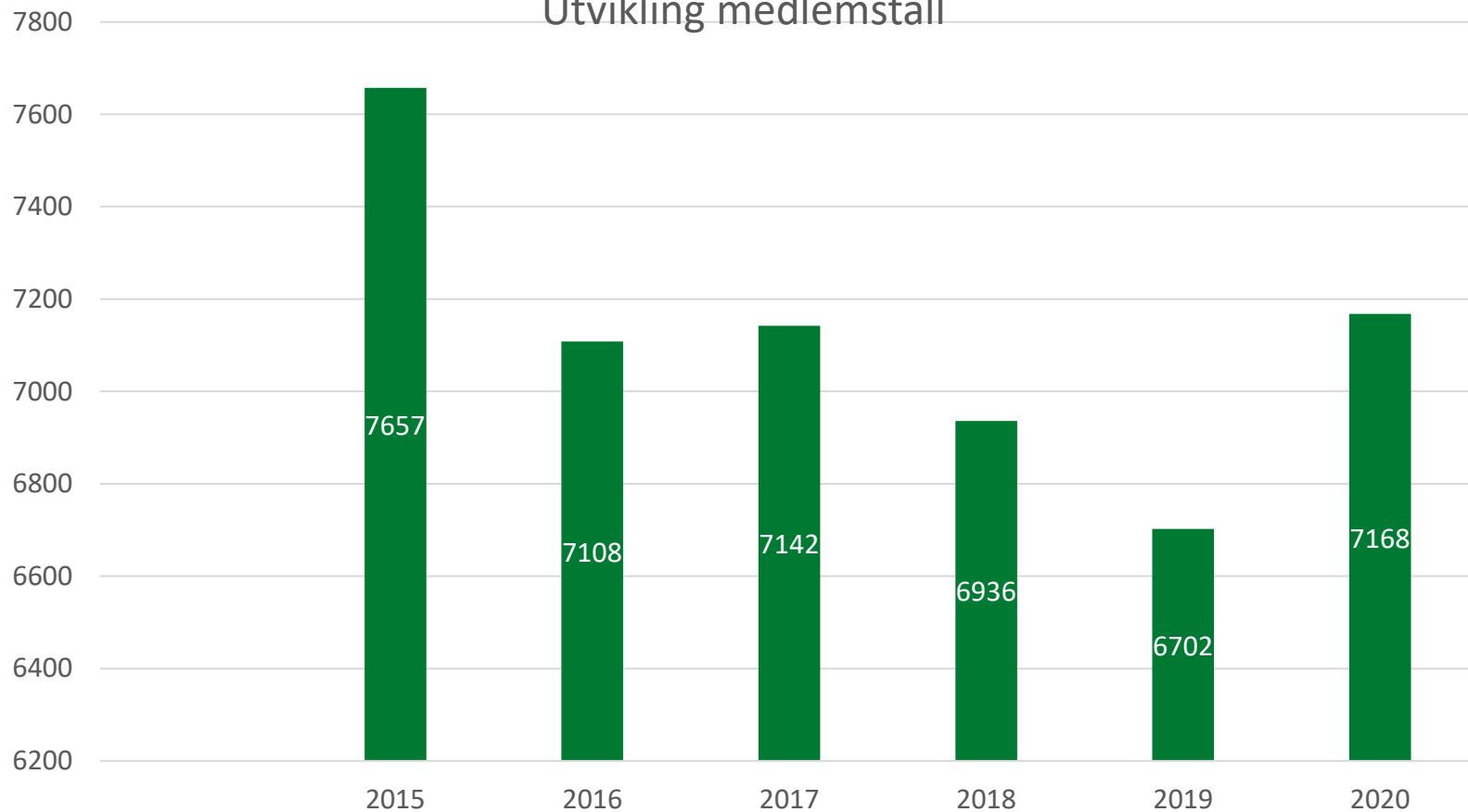
MENTAL HELSE

Arbeid frem mot landsmøtet 2022

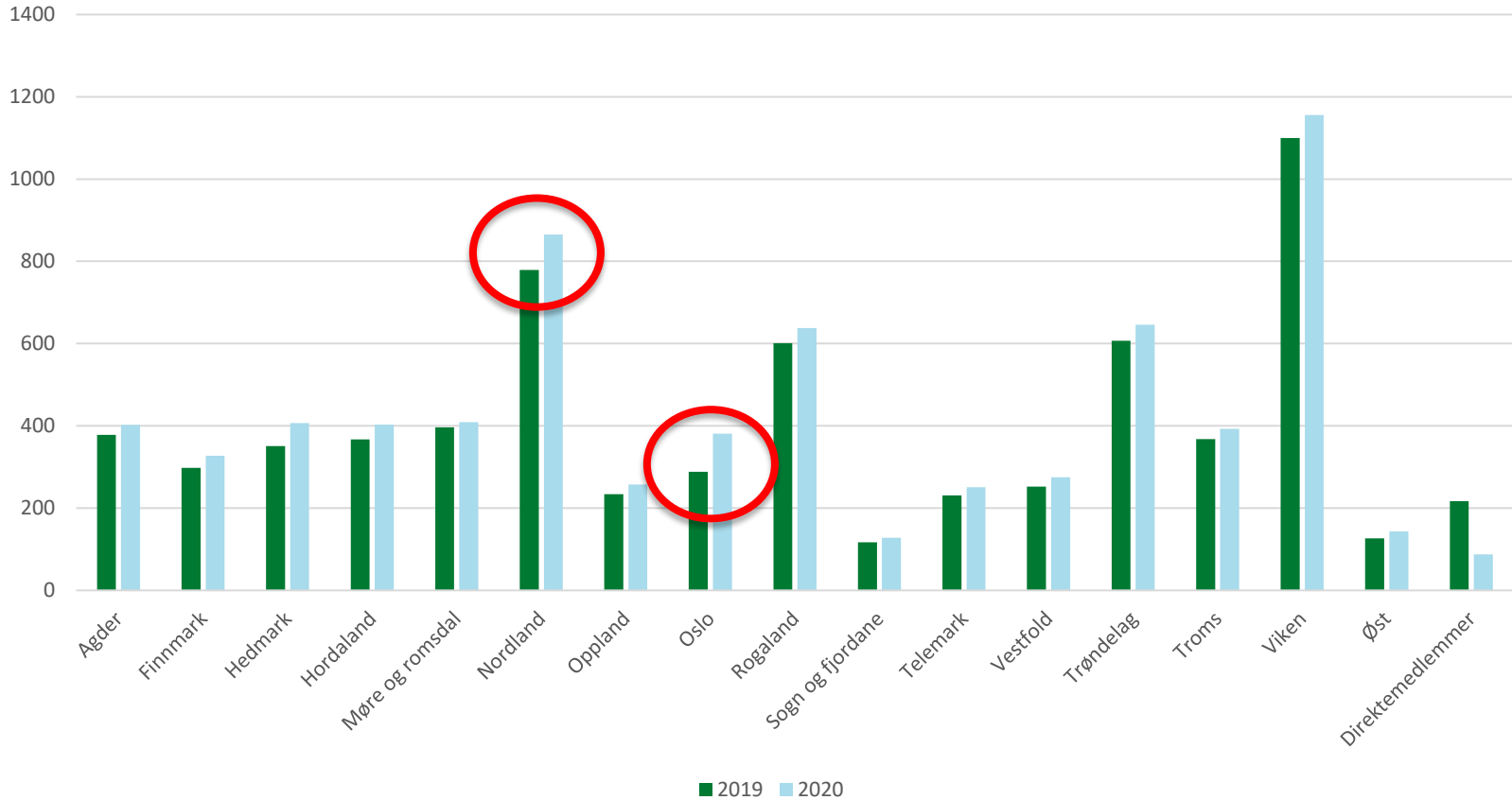
På bakgrunn av trender i samfunnet når det gjelder deltakelse og aktivitet i organisasjonslivet, og Mental Helses synkende medlemstall, er det nødvendig å sette i gang en prosess for å lage en helt ny strategi for organisasjonen. Prosessen skal involvere alle ledd i organisasjonen og munne ut i en ny strategi som vedtas på landsmøtet i 2022.

Sentralstyret har ansvaret for hvordan arbeidet skal organiseres, og utvalget skal starte sitt arbeid innen første halvår 2021.

Utvikling medlemstall



Medlemstall per fylke



Trender

De viktigste trendene i samfunnet som har betydning for Mental Helse er:

- Færre nordmenn har medlemskap i flere organisasjoner
- Andelen av befolkningen som er medlemmer i en frivillig organisasjon har gått noe ned
- Omfanget av frivillig arbeid har gått betydelig opp
- Mange er ikke medlemmer i organisasjonen de utfører frivillig arbeid for.

Potensiale

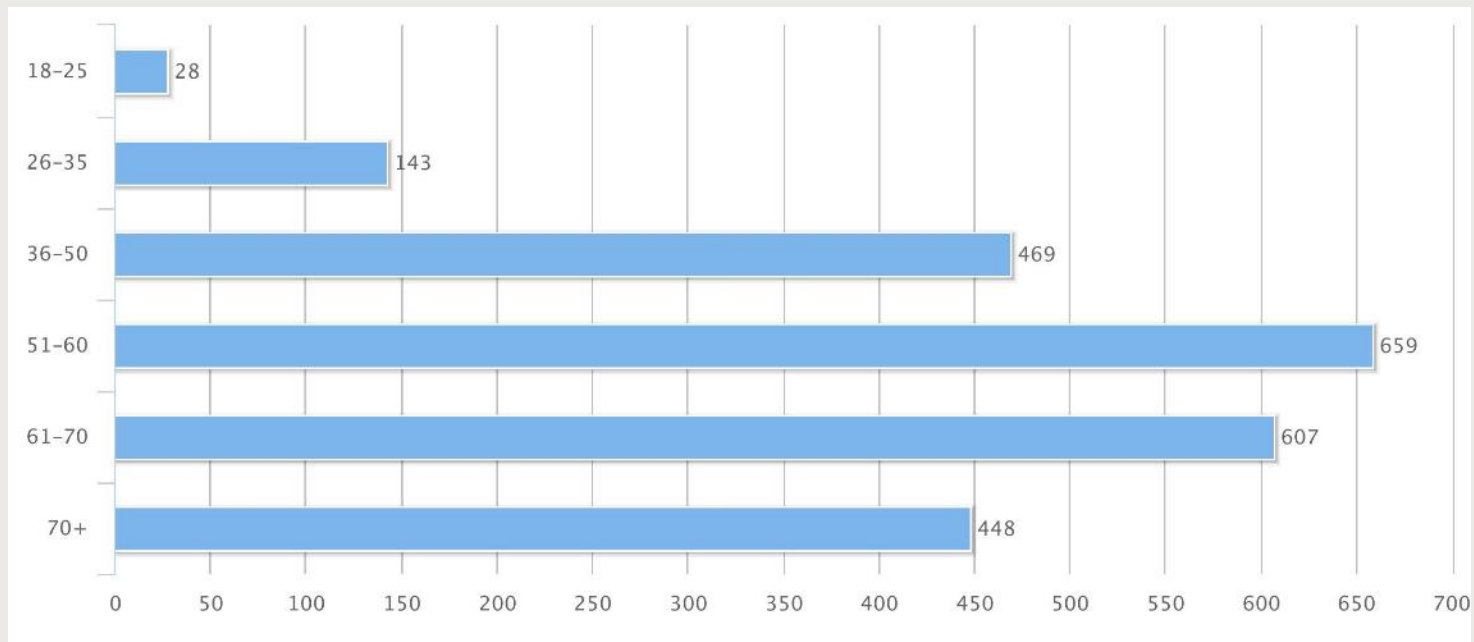
- Medlemmene våre
- Alle fylkes-/lokallagene våre
- Dyktige fagfolk
- 37.000 følgere på Facebook!
- 10.000 på Instagram!
- 5700 på Twitter!



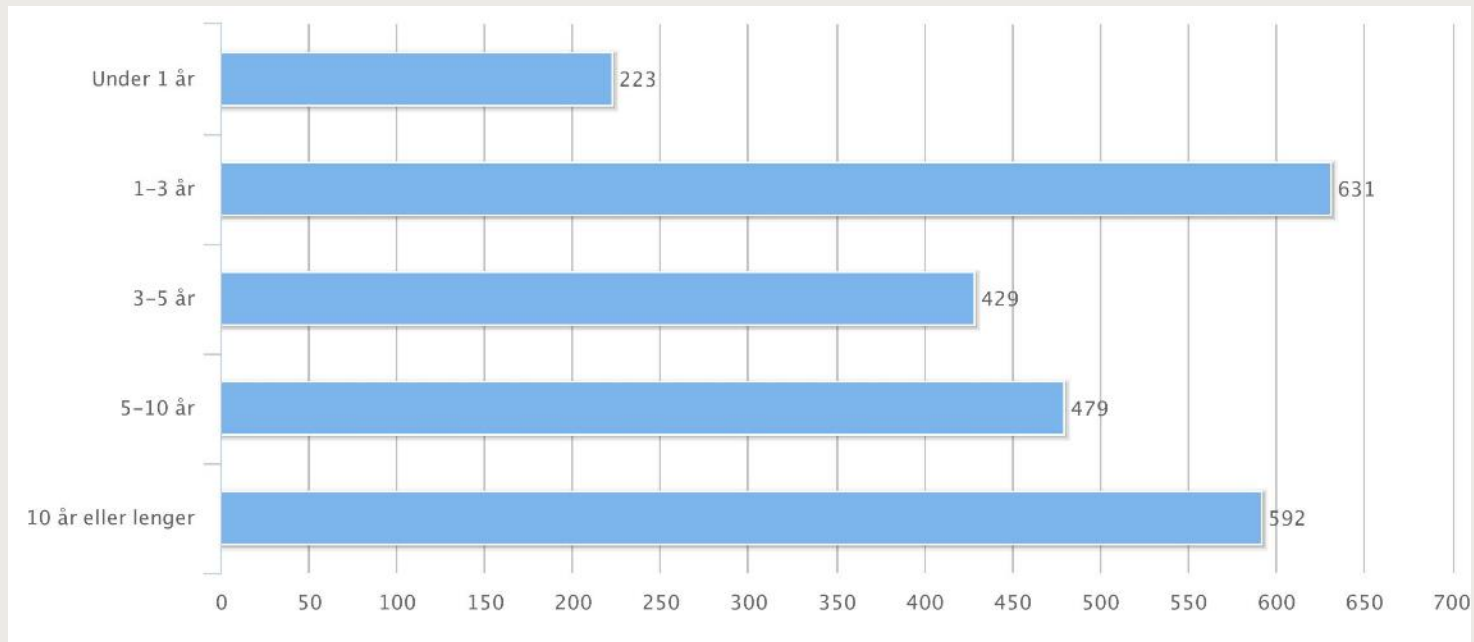
Funn fra medlemsundersøkelsen (jan-febr 2021)

- Antall svar: 2354
- Svarprosent: 38 %
- Kjønnfordeling: 70% kvinner

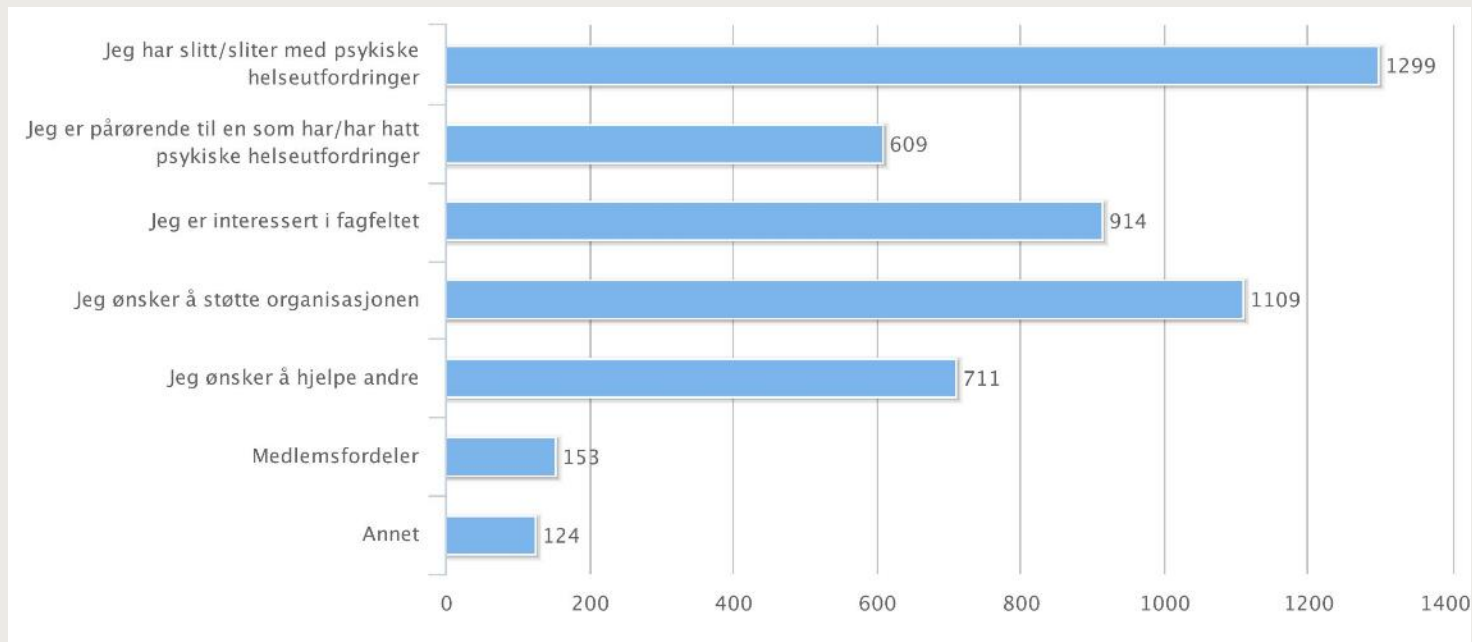
Aldersfordeling



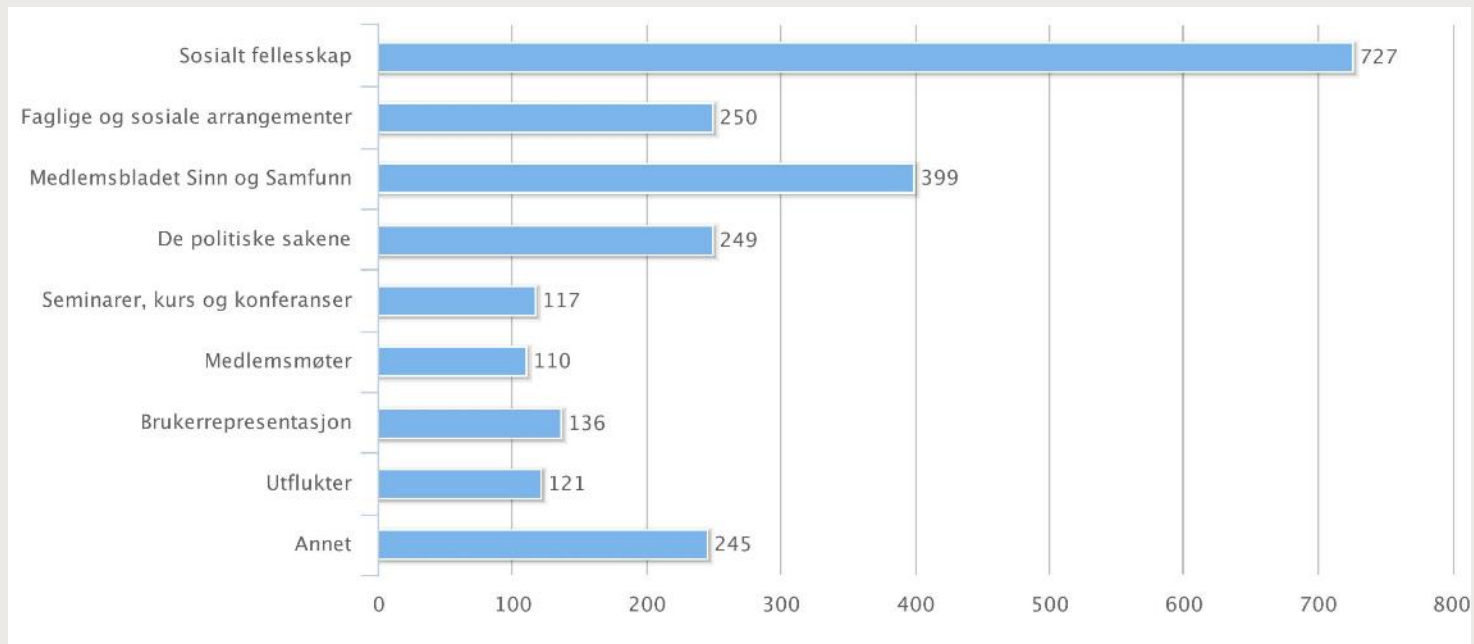
Lengde medlemskap



Hvorfor er du medlem i Mental Helse



Hva er det beste med å være medlem?





Hva savner du mest i Mental Helse?

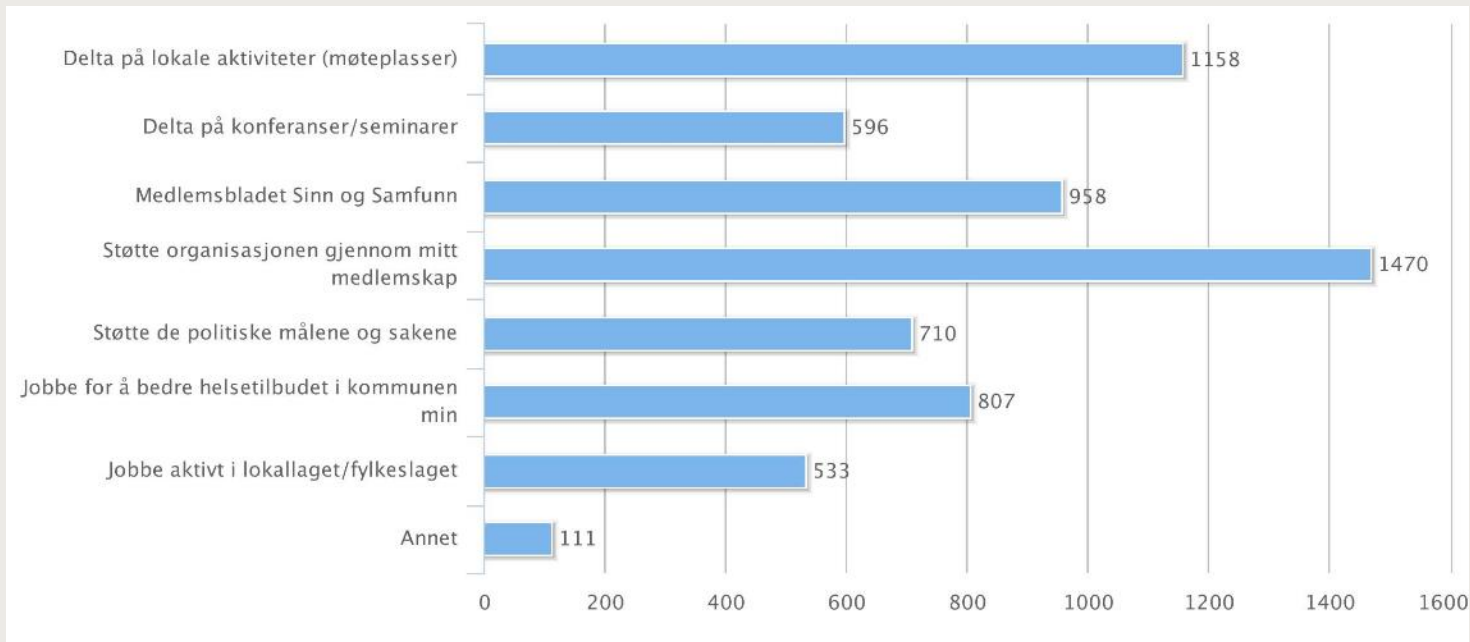
«En kjæreste? Kunne vært en prima medlemsfordel.»

Hva savner du mest i MH? (fritekst)

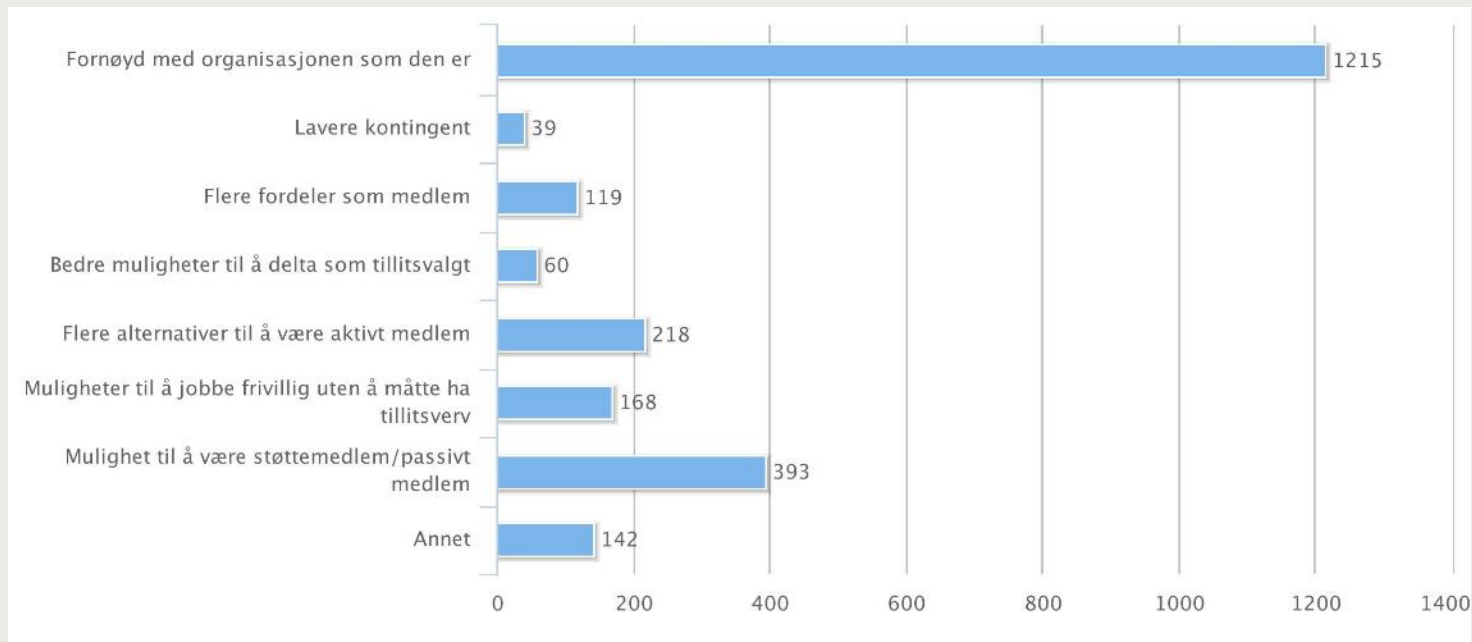
- Aktivitet / initiativ fra lokallaget
- Sosialt fellesskap
- Møteplasser – kafe, strikking, trening

- At flere som er «friske» engasjerer seg i lokallaget
- Kurs og informasjon
- Digitale aktiviteter/kurs (pga corona)

Som medlem er jeg mest interessert i:

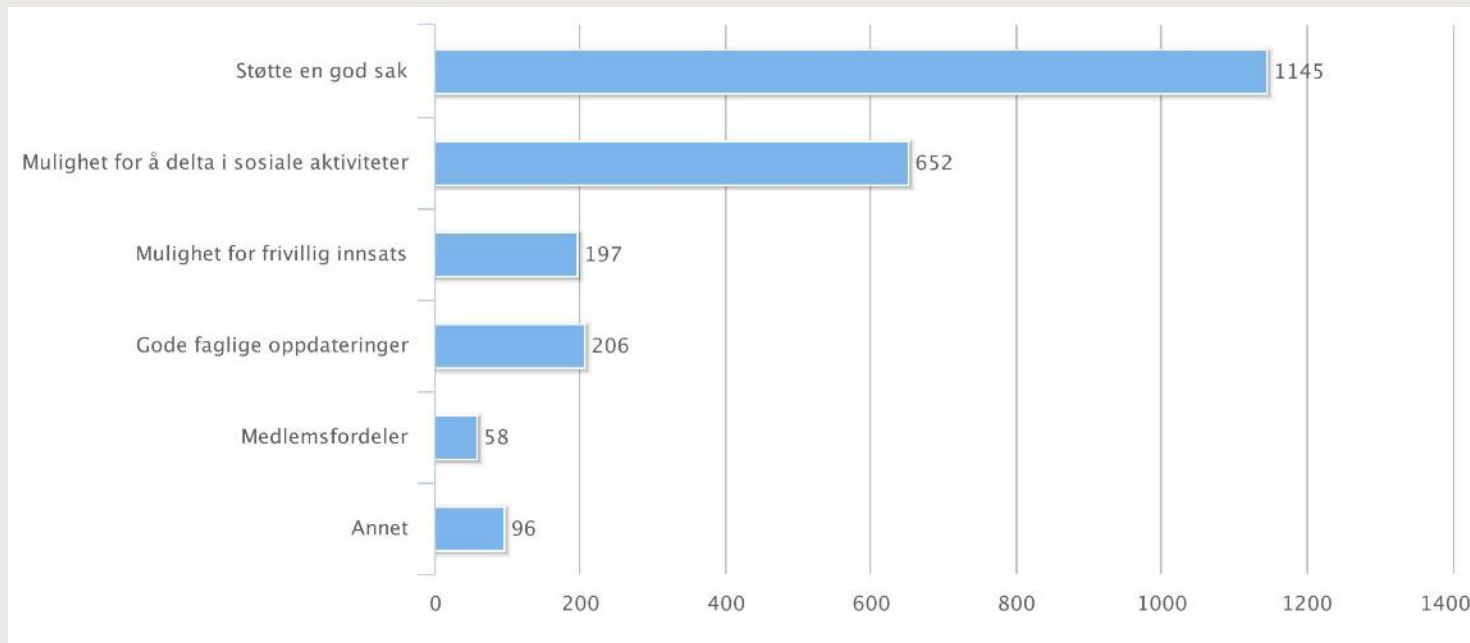


Hva skal til for at du fortsatt vil være medlem?

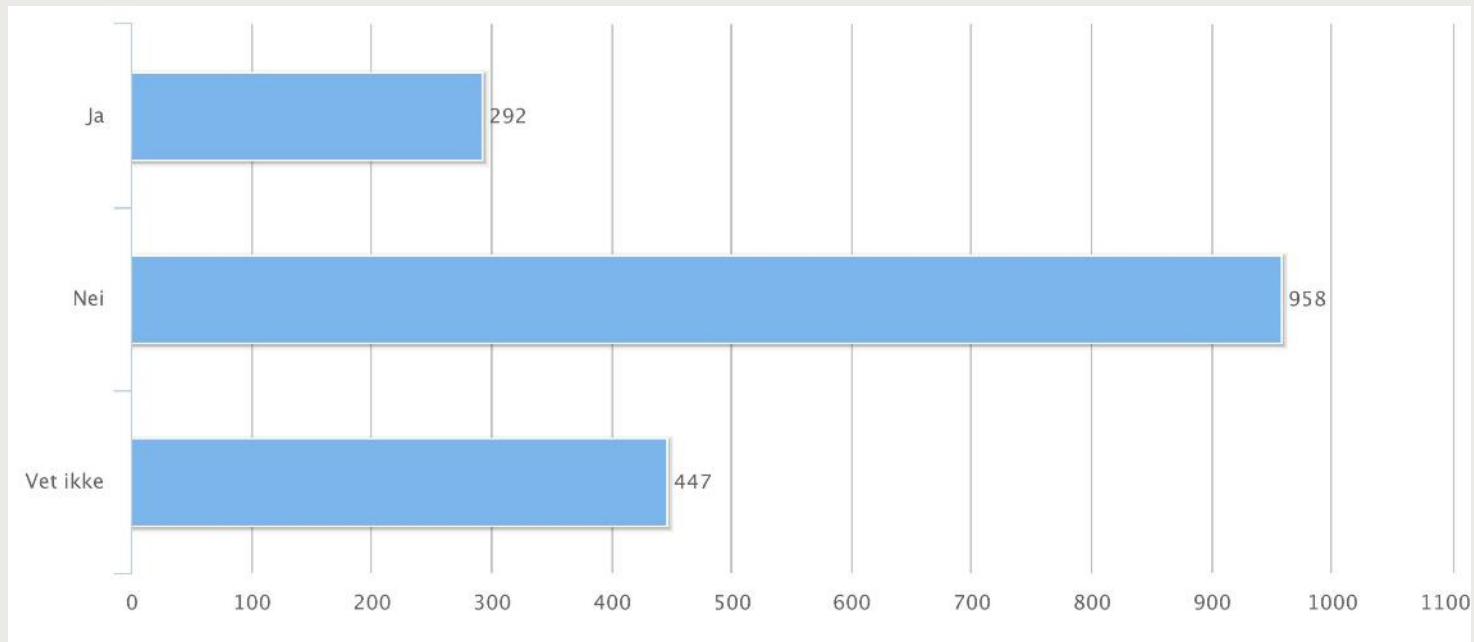




Hva er den viktigste årsaken til at du anbefaler Mental Helse?



Kunne du tenke deg å ta på deg tillitsverv?





Hva skal til for at du tar på deg tillitsverv?



«At valgkomiteen spør.»

Hva skal til for at du tar på deg tillitsverv?

- Bli yngre
- Bli frisk

Utfordringer

- Alder på medlemsmassen
- Hvordan engasjere nye og yngre medlemmer
- Digitale aktiviteter

Omdømmeundersøkelse

- Basert på undersøkelse rettet mot journalister i riksmmedia, regionale medier og fagmedier.
- Mental Helse er målt innenfor sektoren «Helse» og «Organisasjoner».
- Score er gitt på en skala fra 1-10 hvor 10 er best.

Generell pressekontakt

Image

Toppledelsen

SCORE

7,92

SCORE

7,44

SCORE

7,68

GJENNOMSNITT

6,95

GJENNOMSNITT

7,03

GJENNOMSNITT

7,36

PLASSERING

-

PLASSERING

-

PLASSERING

-

Generell pressekontakt

Profil: Tracking

Overordnet

Samlet tilfredshet med relasjonen

Virksomheten overordnet

Tilgangen til informasjon om selskapet

Selskapets generelle åpenhet overfor deg som journalist

Spesialistenes evne til å uttrykke seg i klartekst

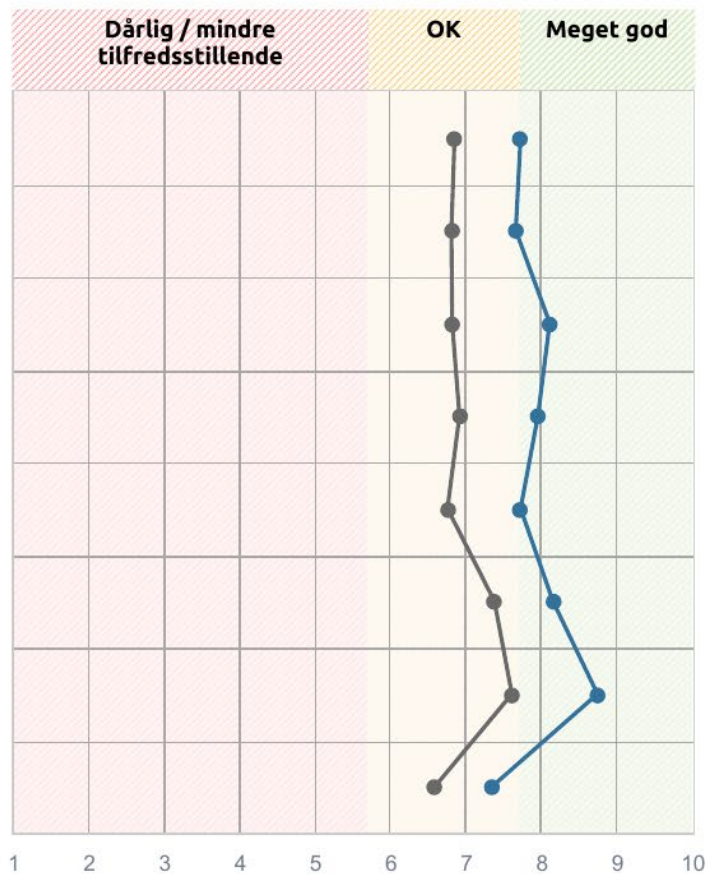
Kommunikasjonsavdelingen

Informasjonsavdelingens responstid på henvendelser

Vilje til å sette deg i forbindelse med den rette person

Informasjonsavdelingens kunnskap og innsikt om eget selskap

Forståelse for mediernes dagsrytmer



- Mental Helse 2020
- Markedsgjennomsnitt

Meget misfornøyd

Meget fornøyd

Generell pressekontakt

Profil: Benchmark

Overordnet

Samlet tilfredshet med relasjonen

Virksomheten overordnet

Tilgangen til informasjon om selskapet

Selskapets generelle åpenhet overfor deg som journalist

Spesialistenes evne til å uttrykke seg i klartekst

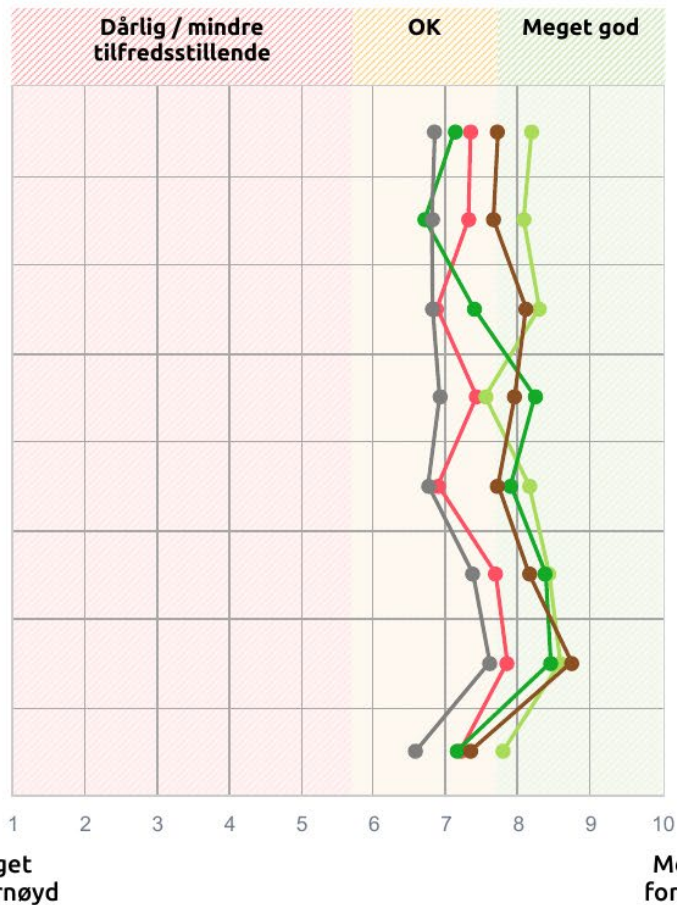
Kommunikasjonsavdelingen

Informasjonsavdelingens responstid på henvendelser

Vilje til å sette deg i forbindelse med den rette person

Informasjonsavdelingens kunnskap og innsikt om eget selskap

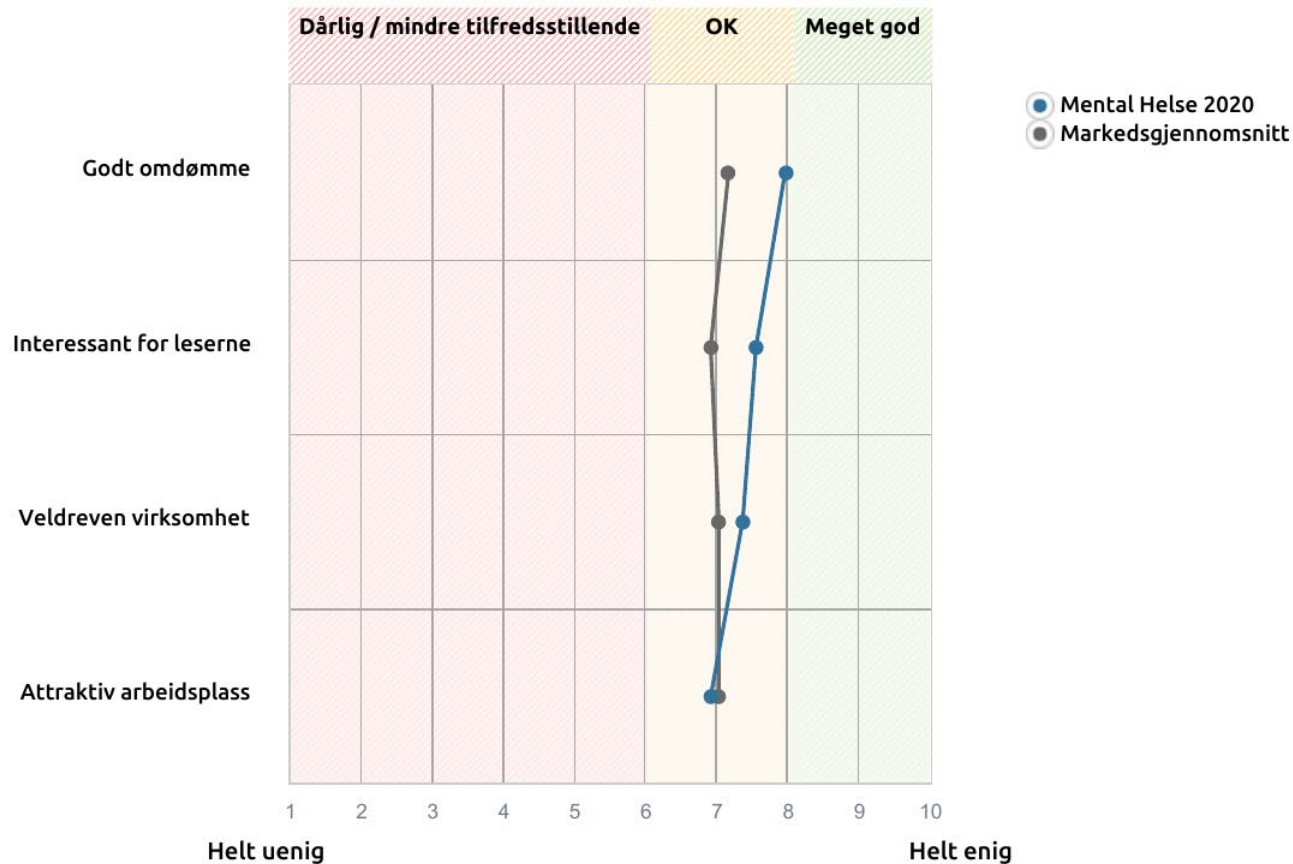
Forståelse for medienes dagsrytmer

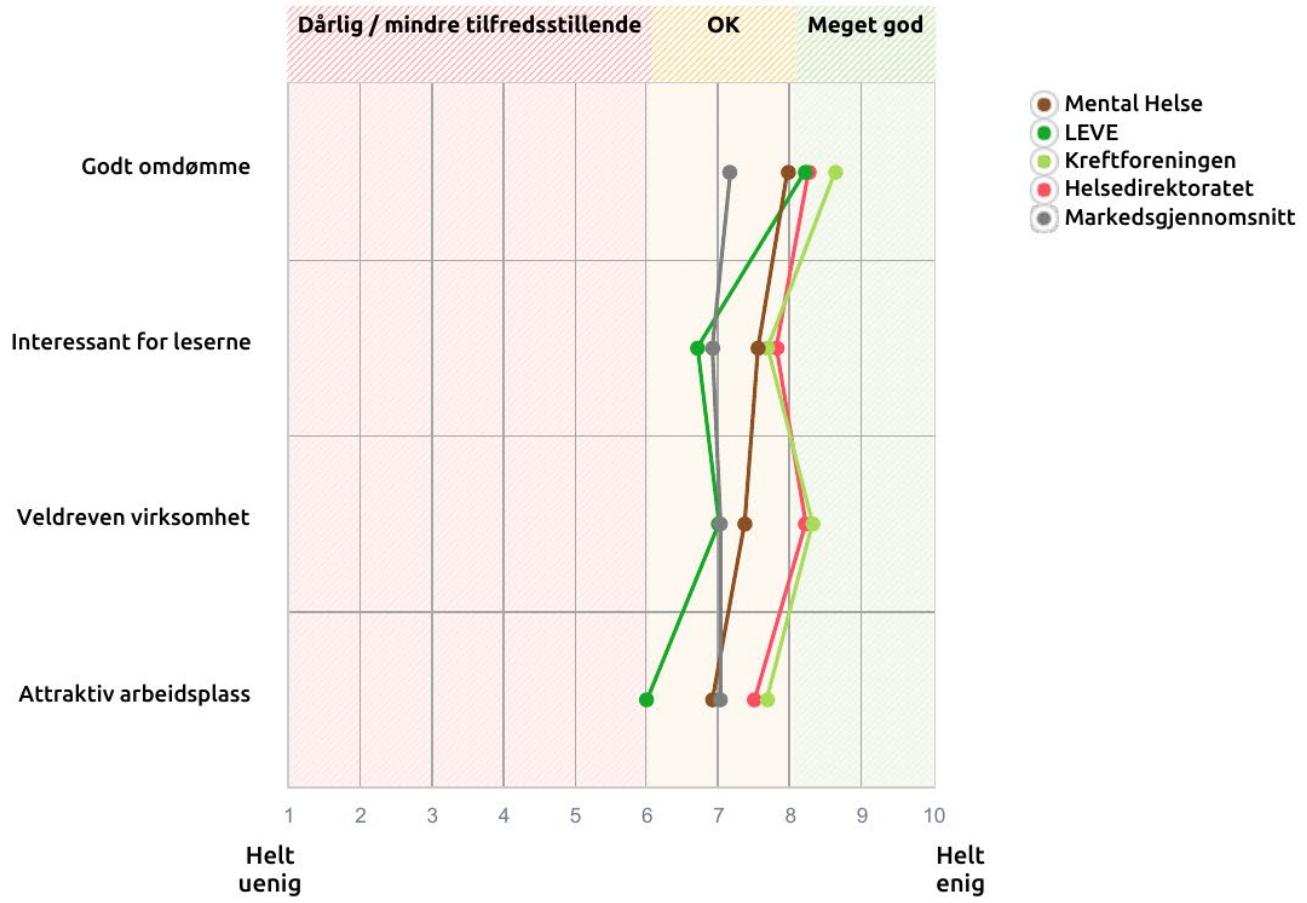


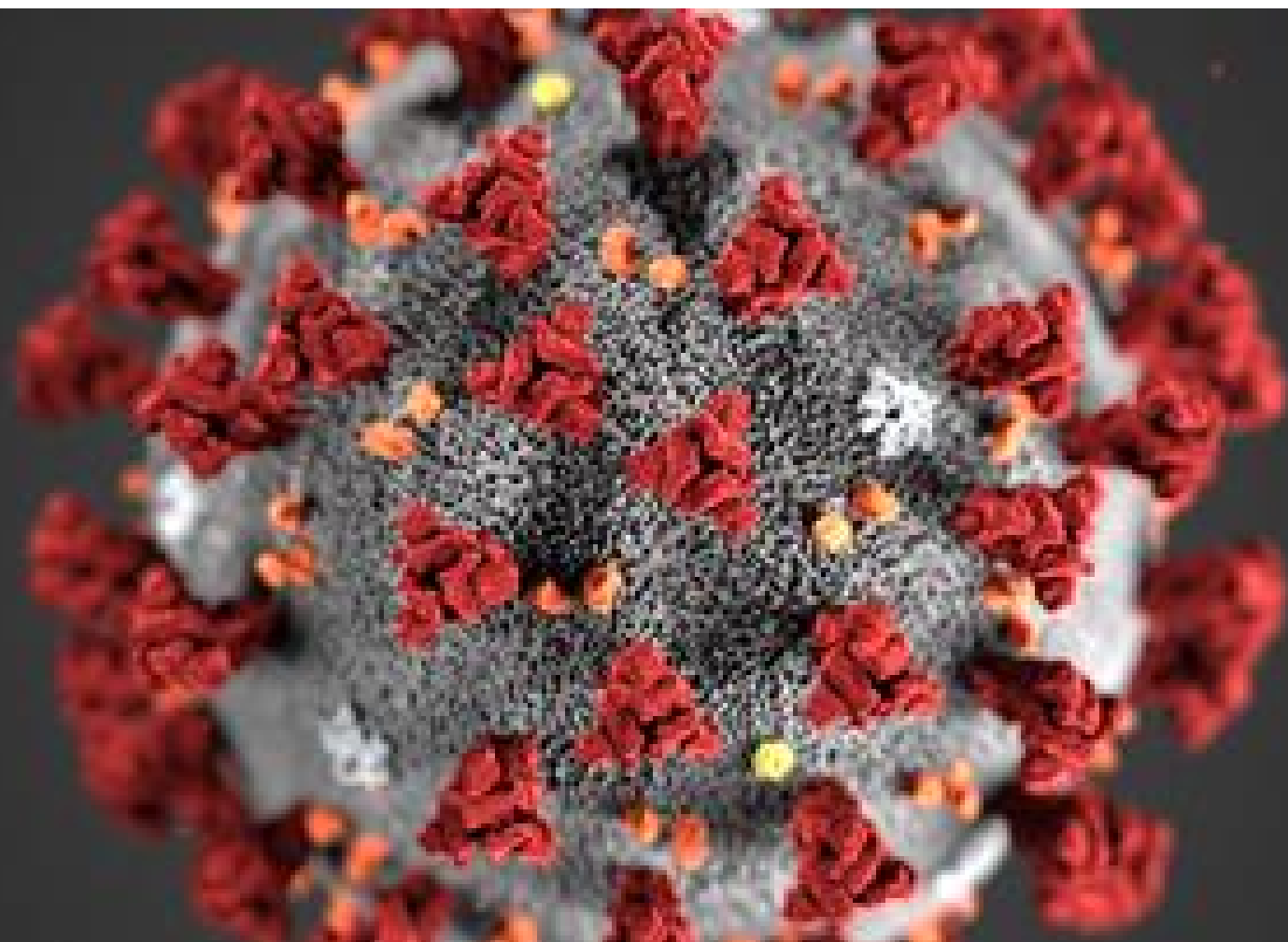
- Mental Helse
- LEVE
- Kreftforeningen
- Helsedirektoratet
- Markedsgjennomsnitt

Meget misfornøyd

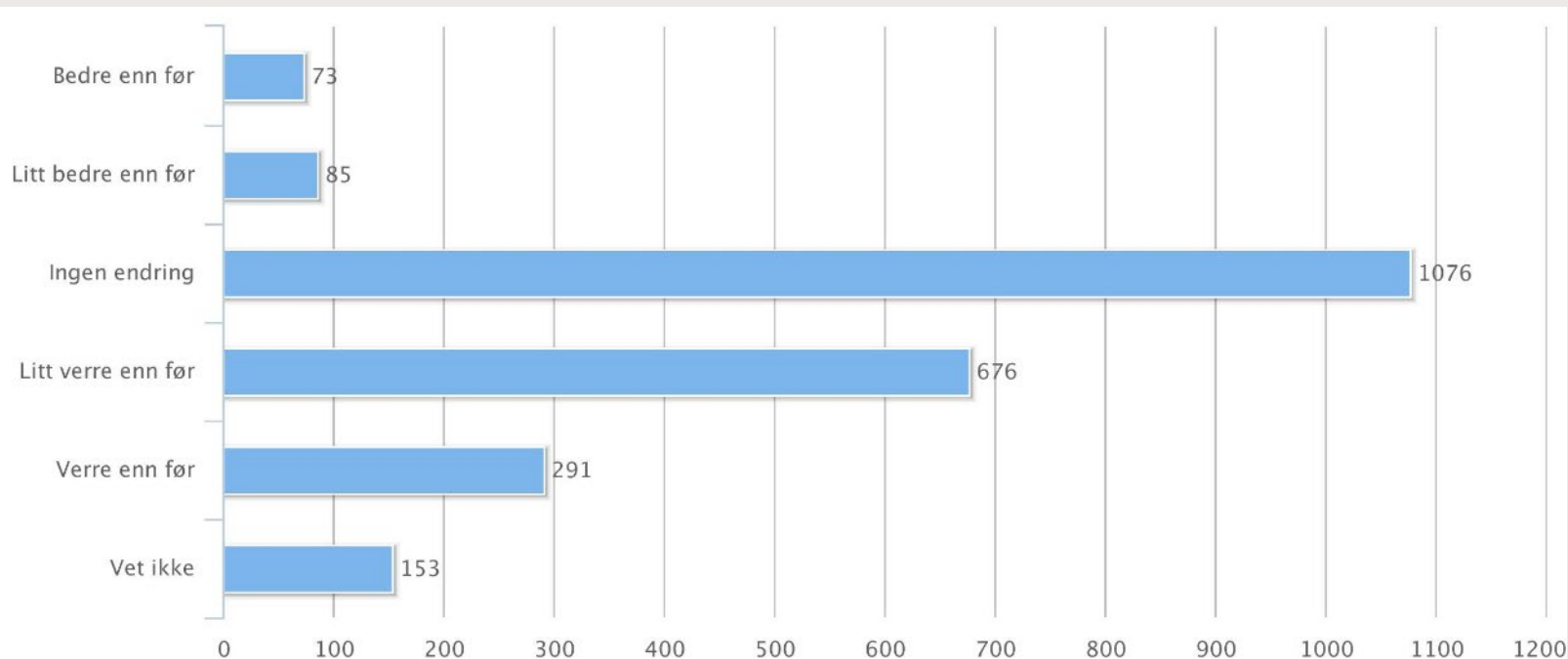
Meget fornøyd



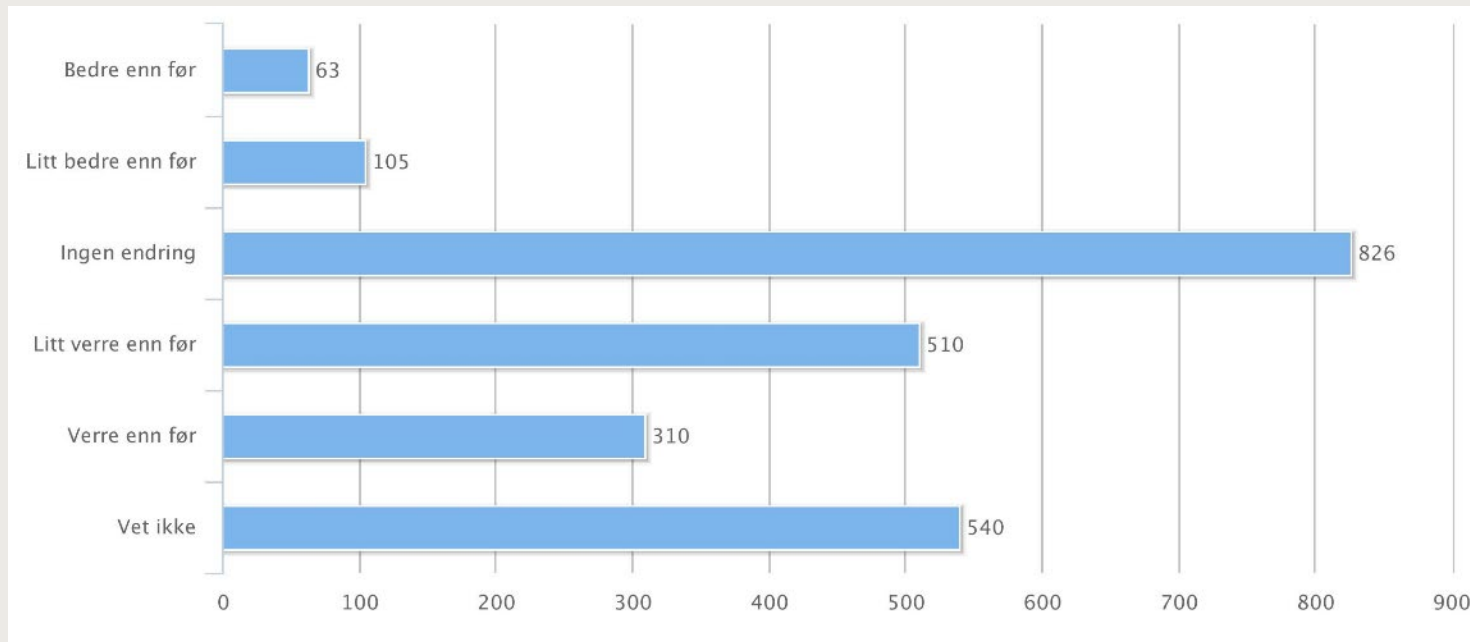




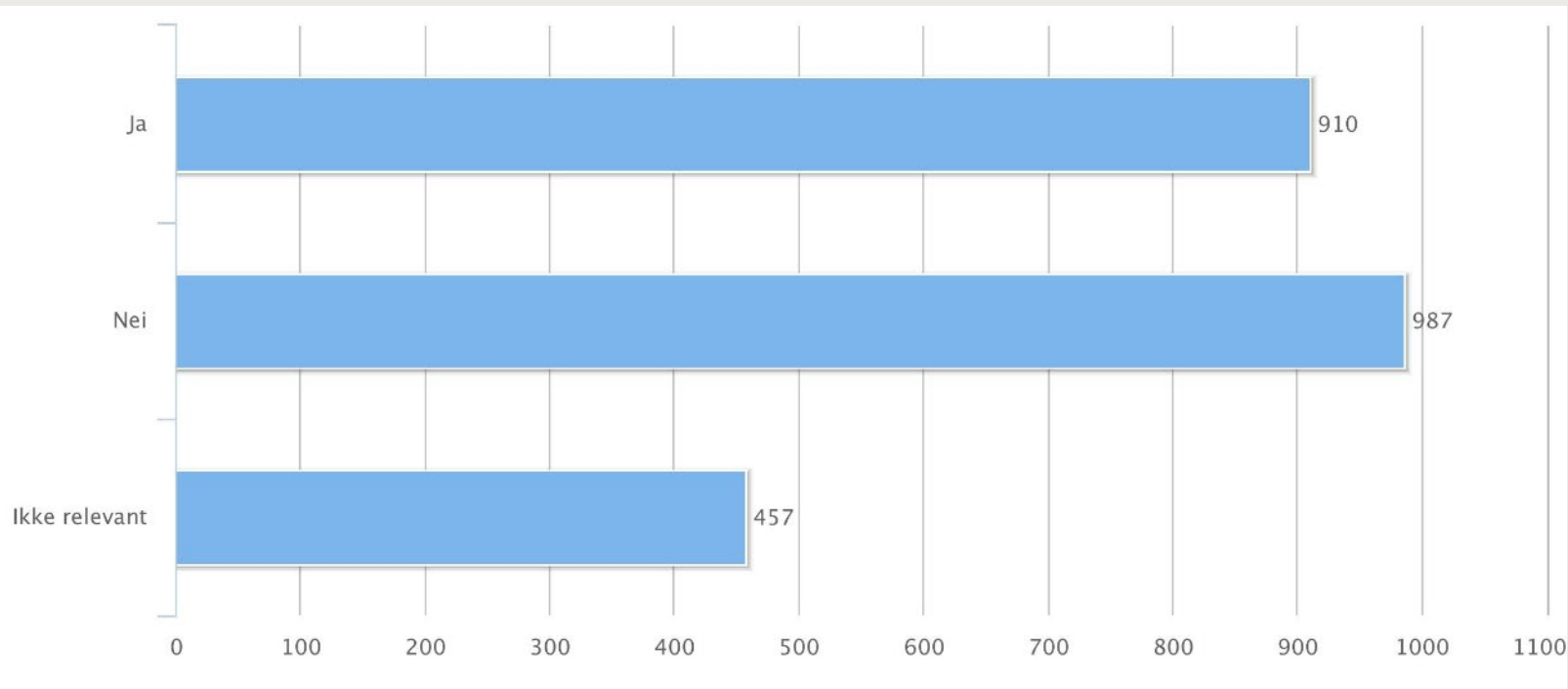
Har pandemien og smitteverntiltakene påvirket din psykiske helse slik at det har blitt:



Har du opplevd at helsetilbudet i din kommune har blitt bedre eller verre enn før pandemien?



Har du opplevd utsatte el avlyste behandlinger som følge av smittevernstiltak?



Den nye frivilligheten

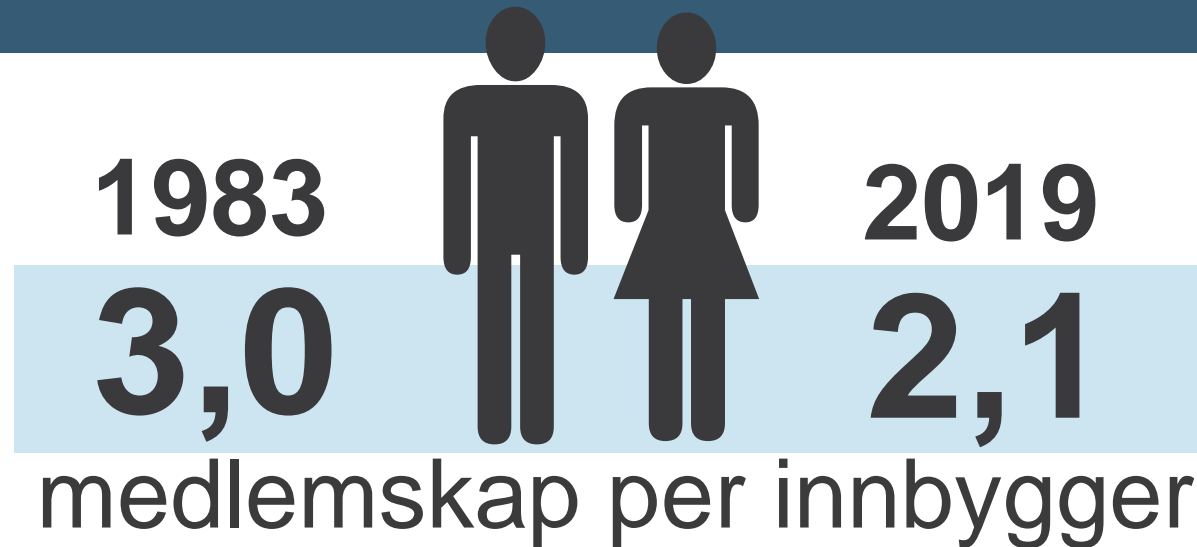
Fra medlemsbasert organisering til individuell utfoldelse?

Presentasjon for ledermøte i Mental Helse,
5. mars. 2021

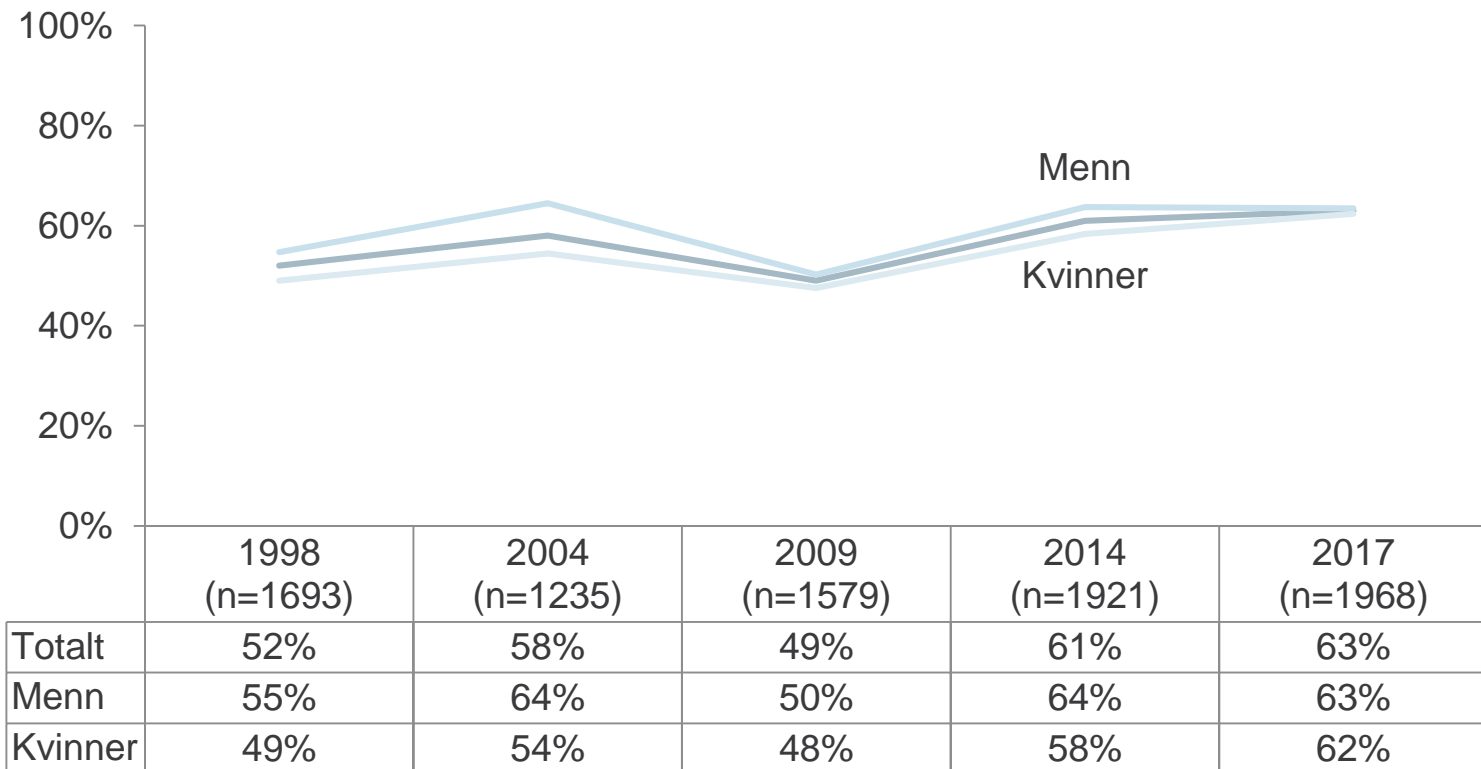
Daniel Arnesen, forsker II
Institutt for samfunnsforskning



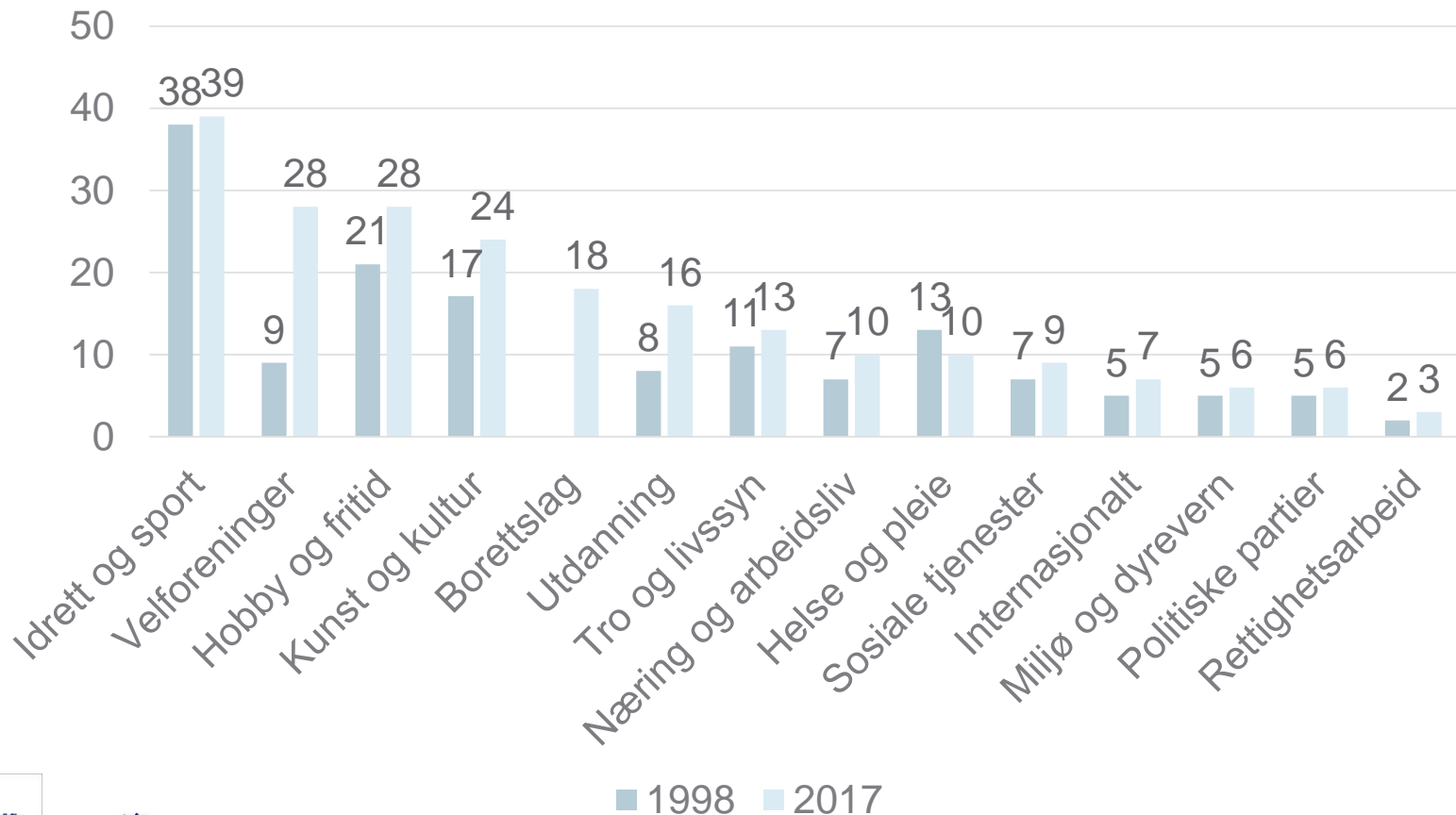
77 % av den norske befolkningen
har medlemskap i en eller flere frivillige
organisasjoner



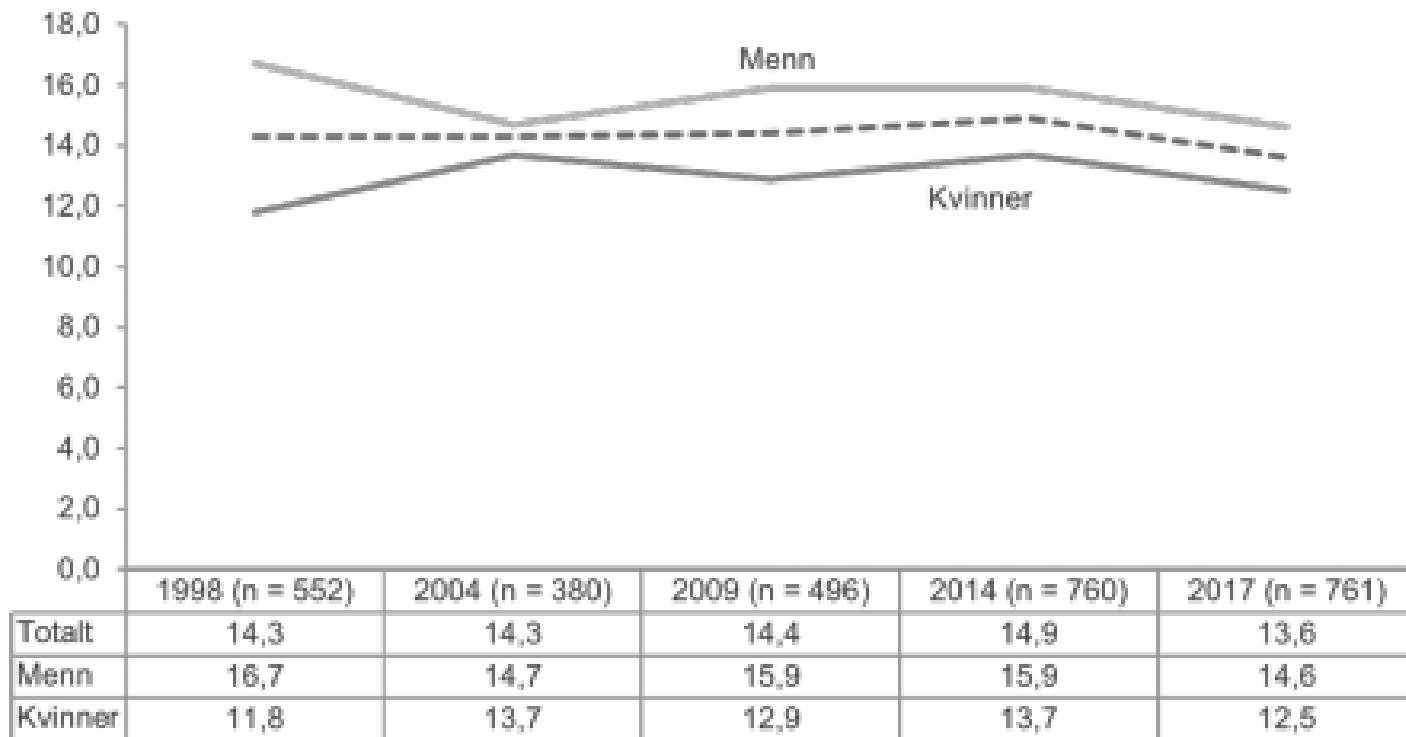
Nesten to tredjedeler har utført frivillig arbeid det siste året



Flertallet arbeider frivillig innen kultur, idrett og fritid



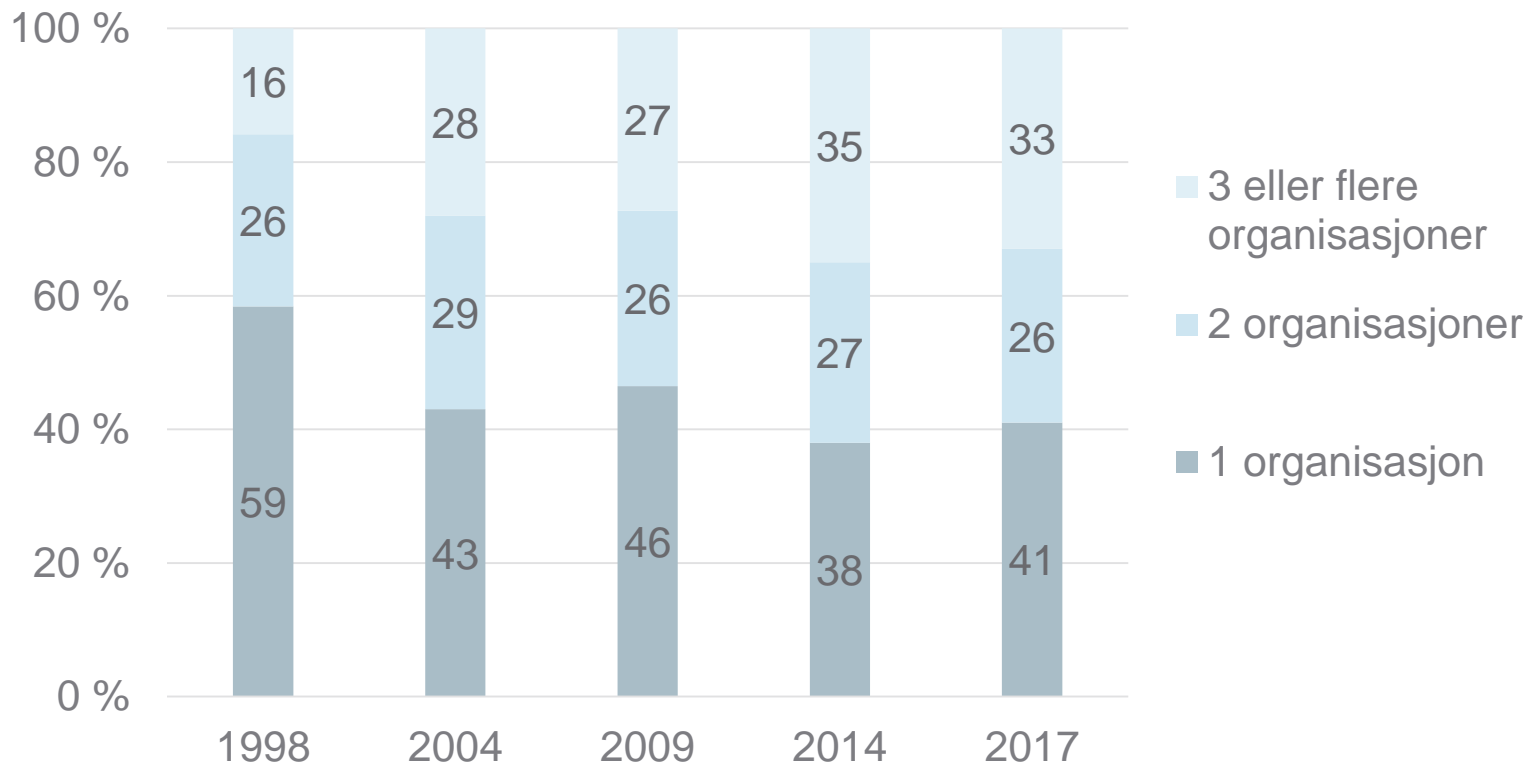
Timer brukt på frivillig arbeid holder seg stabilt (timer siste fire uker)



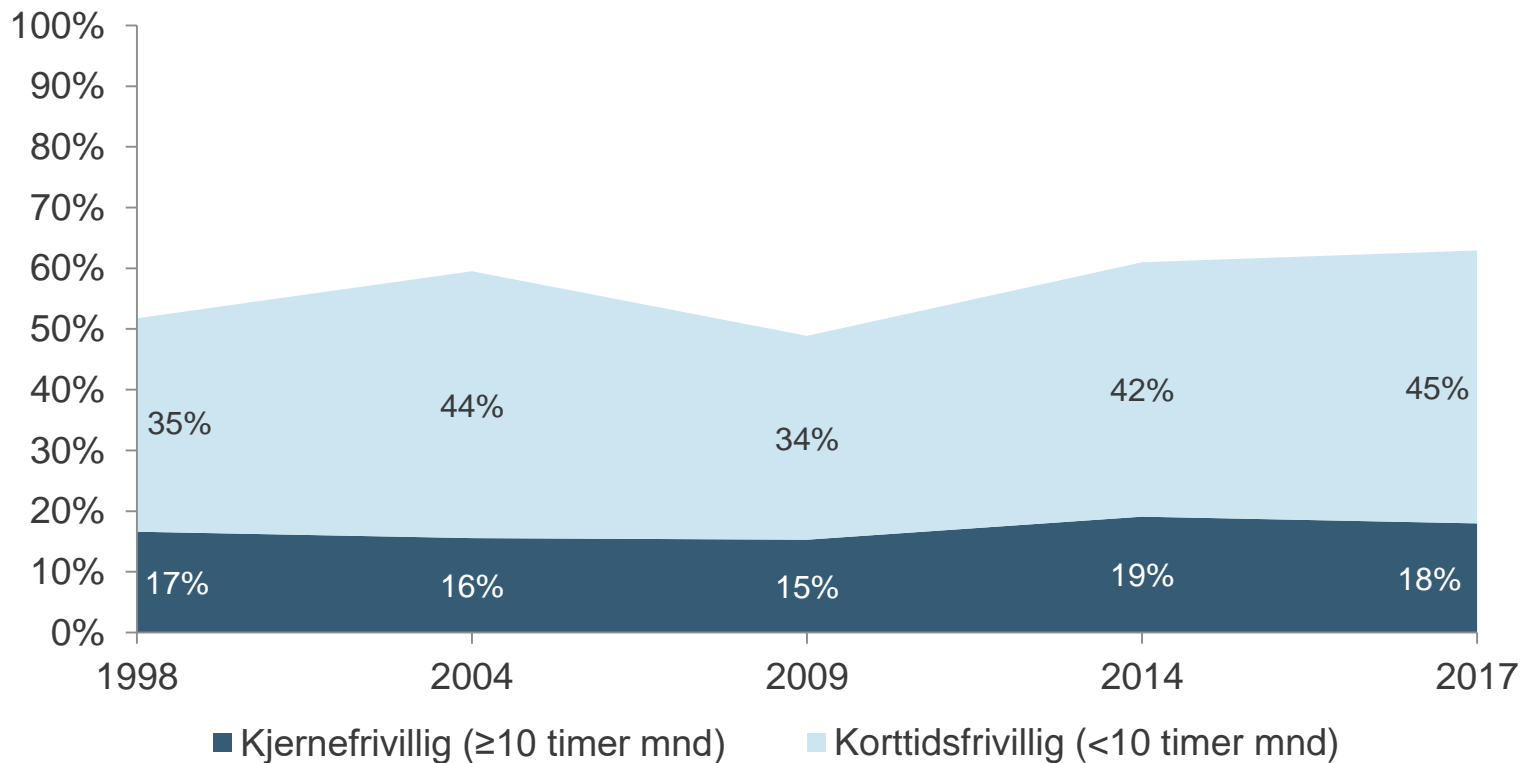
Kultur og fritid dominerer også når man ser på frivillige årsverk



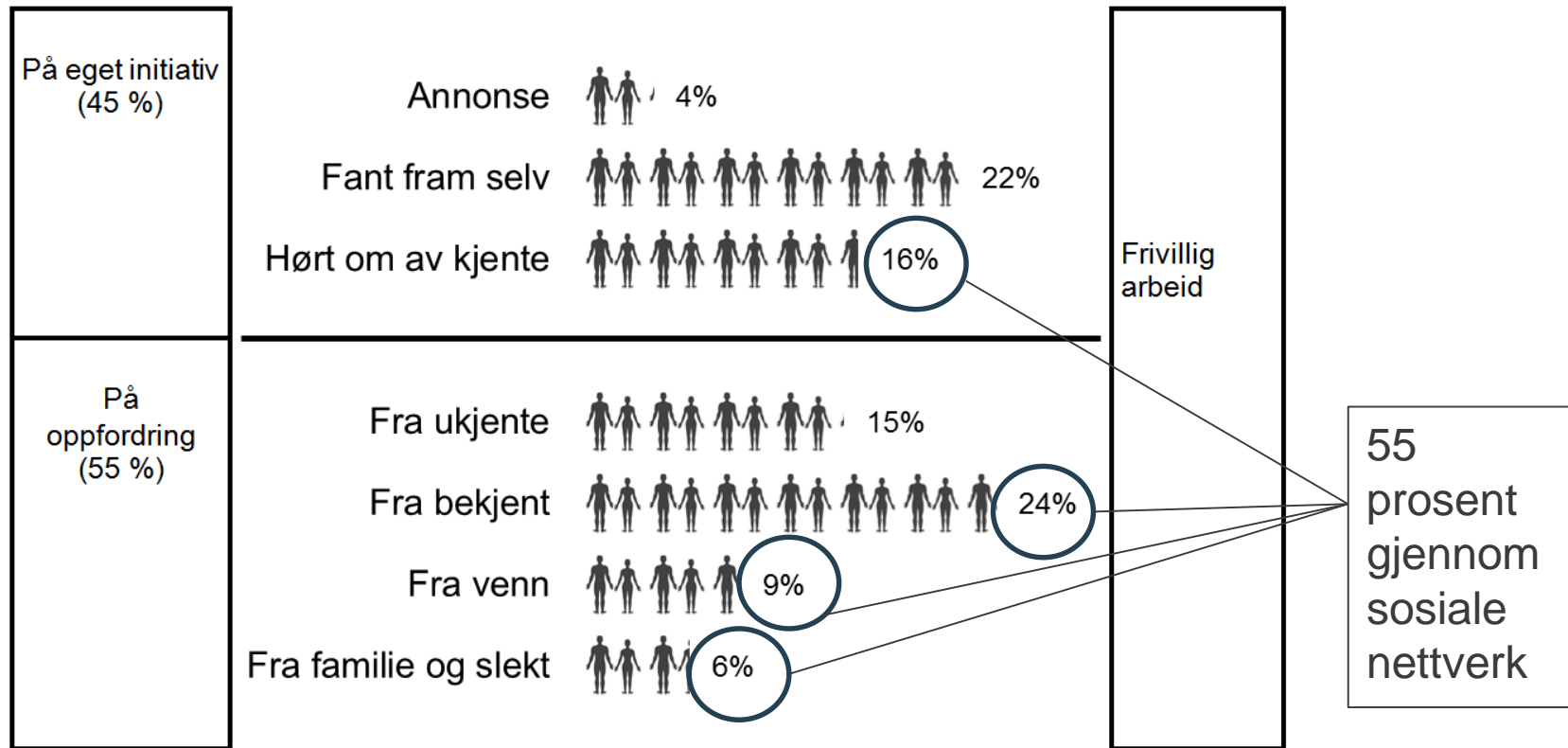
Flere er frivillige i flere organisasjoner om gangen



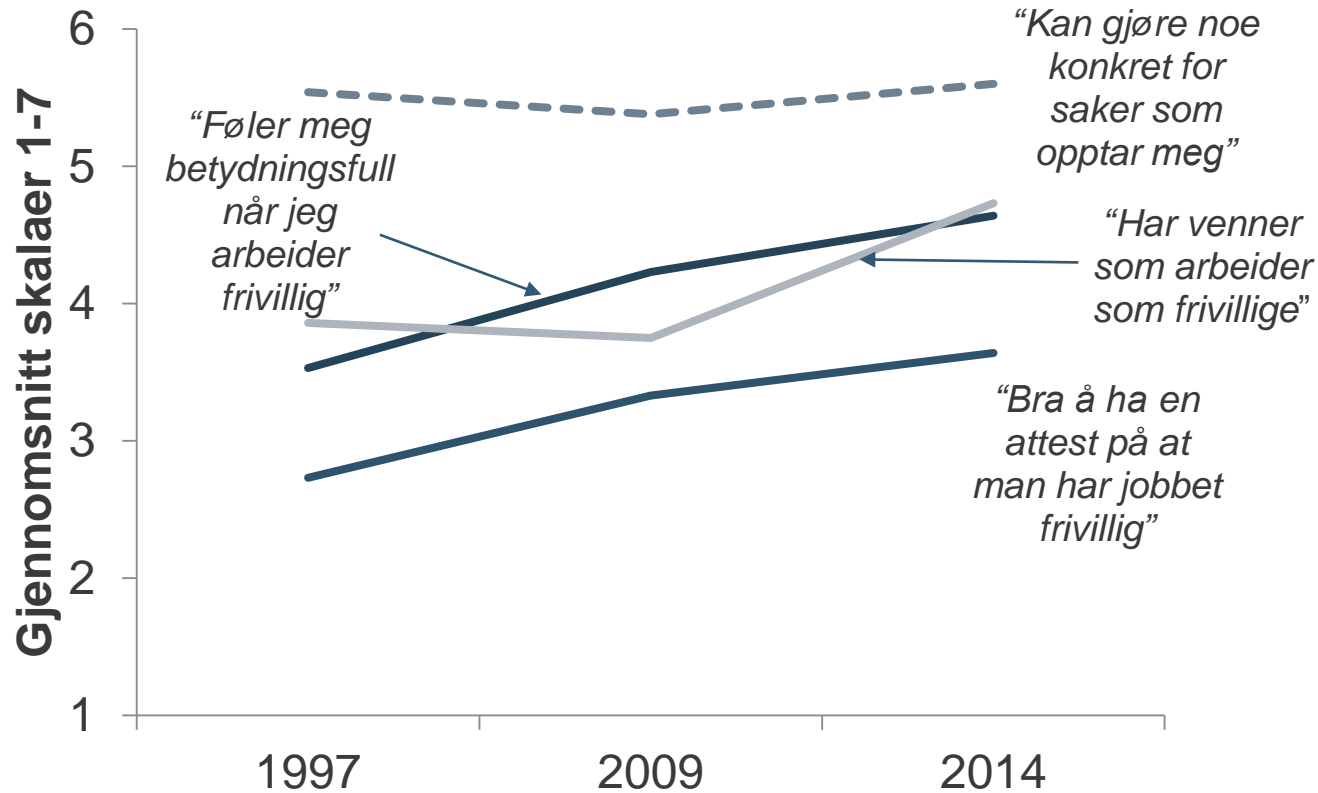
Grunnfjellet i frivilligheten består, men flertallet kommer og går



Veien inn i frivilligheten går gjennom de sosiale båndene

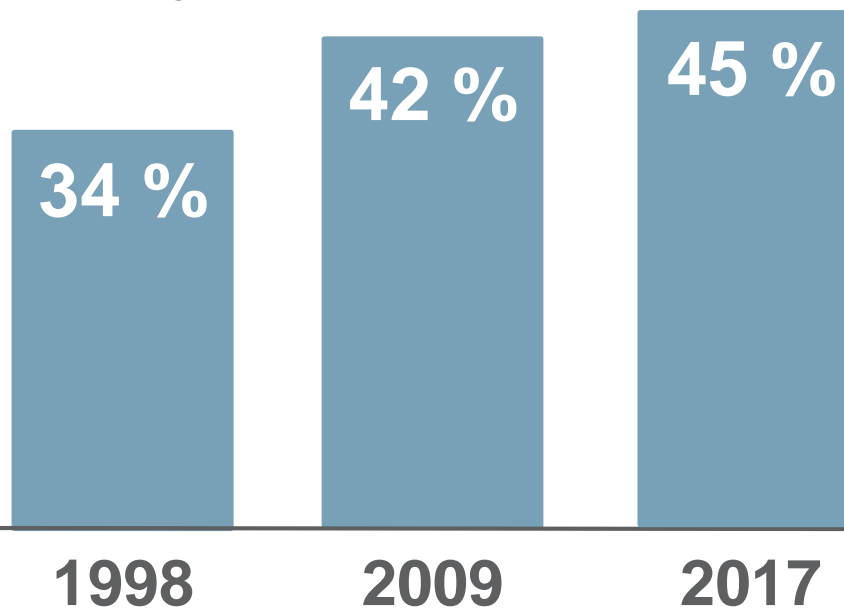


Det er mange gode grunner til å være frivillig

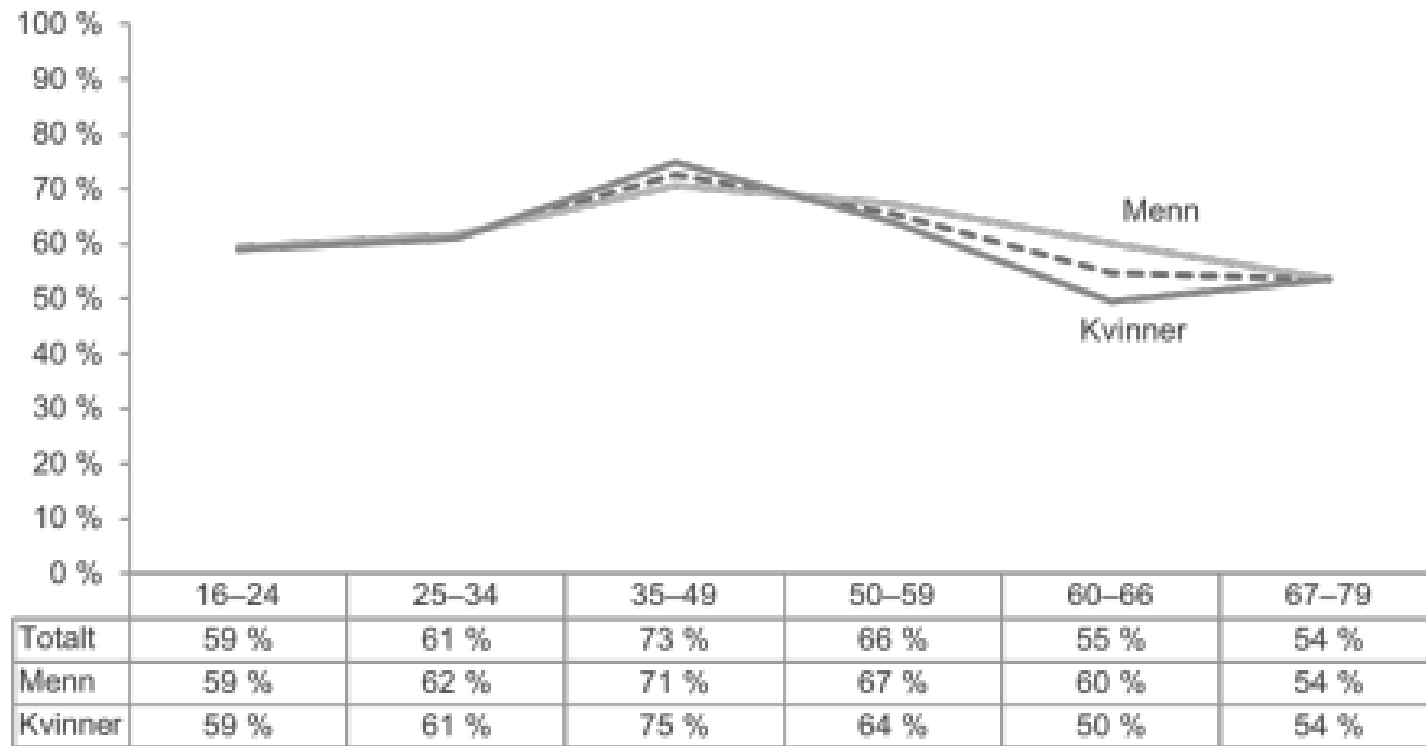


Flere vil drive med konkrete aktiviteter

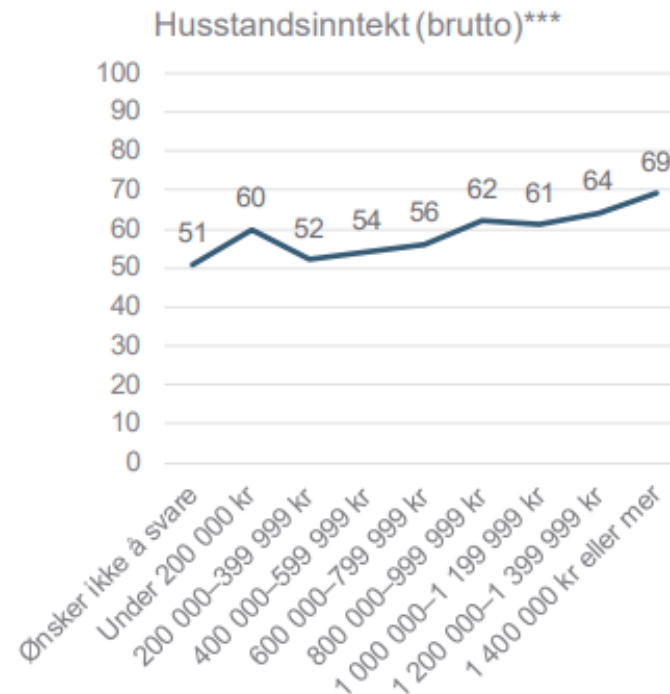
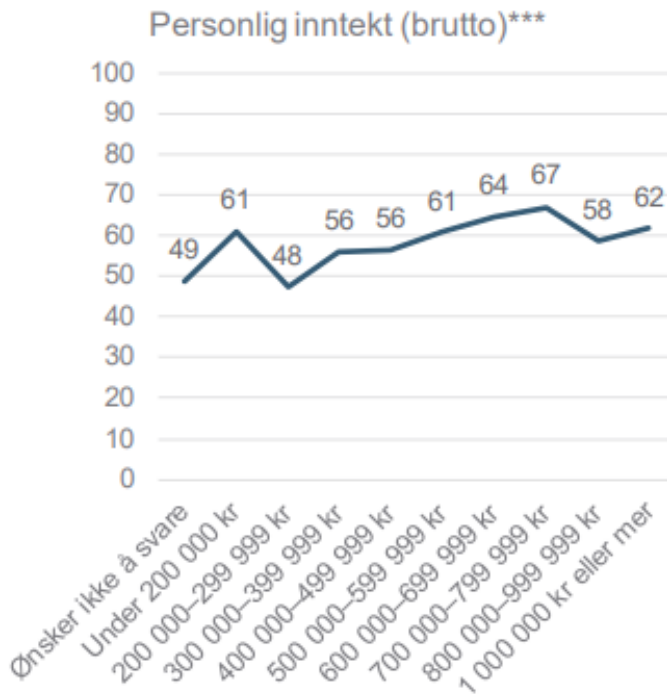
«Jeg stiller gjerne opp på konkret tiltak, men orker sjelden å delta i vanlig møtevirksomhet»



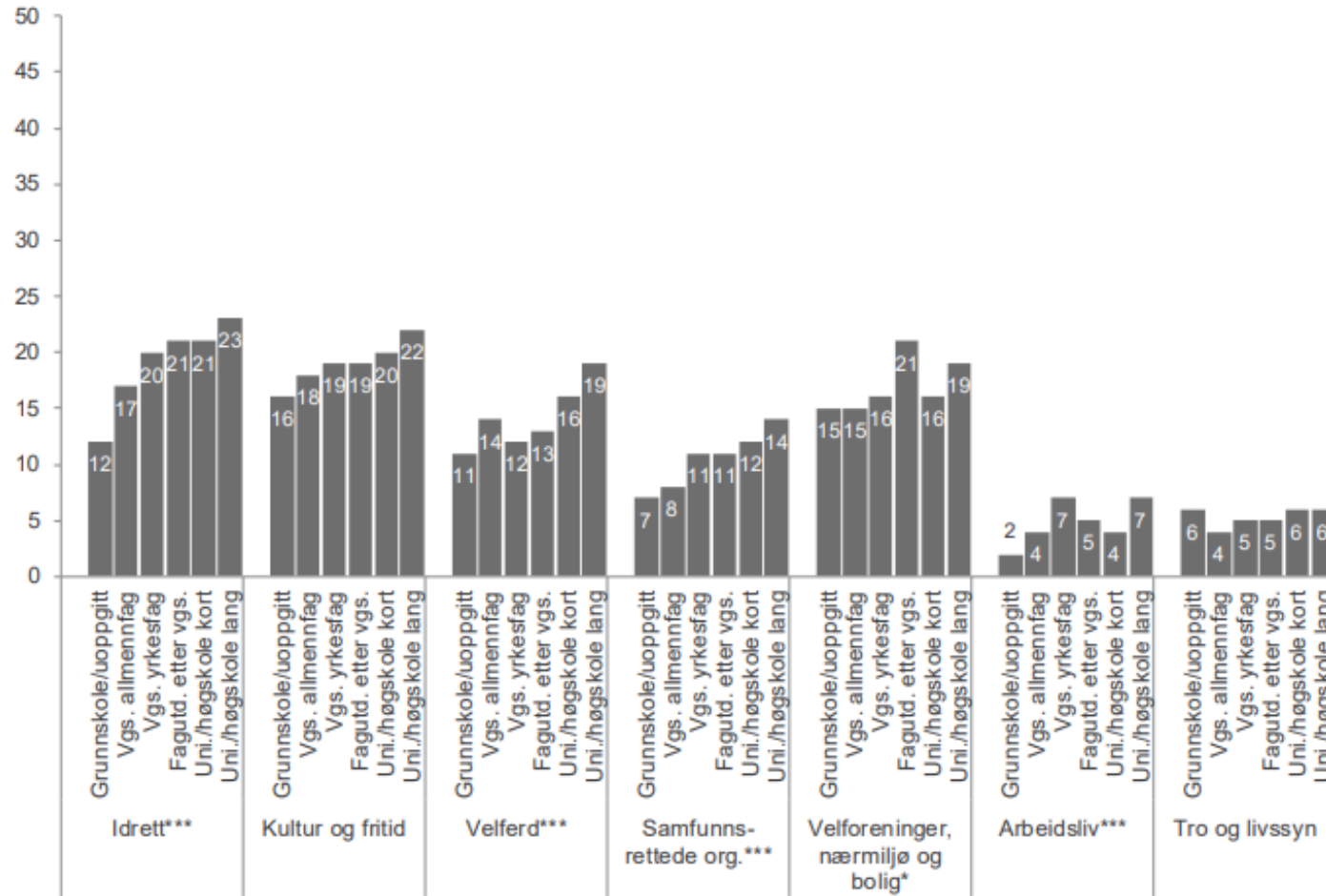
Frivillig deltakelse varierer med hvor man er i livet



Frivillig deltakelse øker med inntektsnivå



... og med utdanningsnivå



Fra kollektiv til refleksiv frivillighet?

- De kollektive identitetene – f.eks. klasse, geografi og religion - som lå til grunn for tradisjonelt medlemskap har forvitret
- En dreining mot en «refleksiv» frivillighet, der frivillighet dreier seg mer om individuell utfoldelse og selvrealisering
- En «her-og-nå» frivillighet? Man vil gjøre noe konkret som gir umiddelbare resultater, og shopper mellom aktiviteter



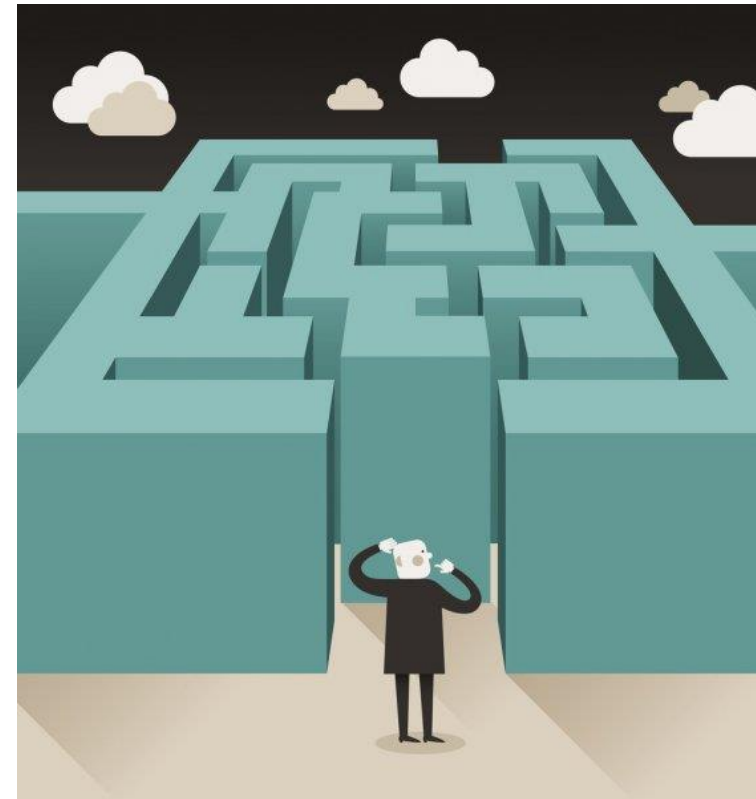
Hva gjør at folk er frivillige?



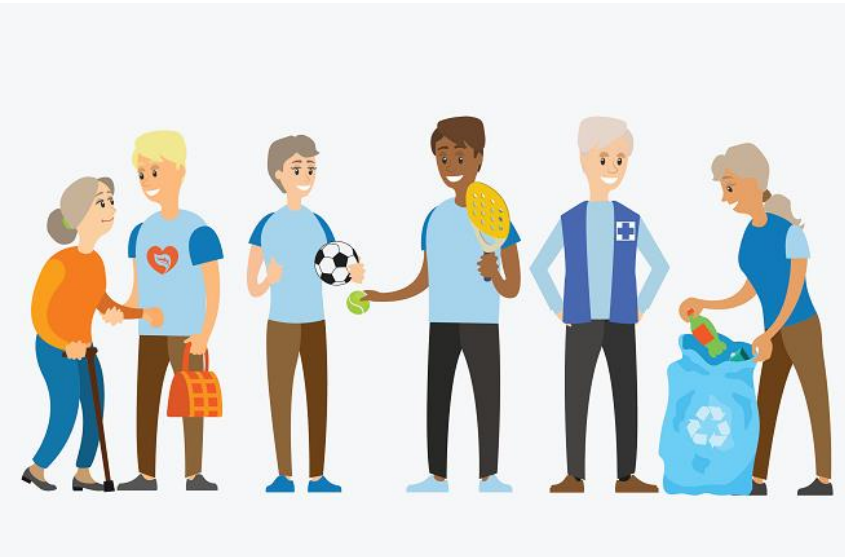
- Sosiale nettverk – venner, bekjente, familie - er den viktigste veien inn i frivilligheten
- Verdier viktig begrunnelse for frivillighet – men også selvrealisering, vennskap og CV-bygging
- Sosial ulikhet skaper barrierer for deltakelse – økonomisk og sosial situasjon har betydning
- Frivillighet er også betinget av livsløpet – hvilket stadium man er på i livet

Hvilke utfordringer følger med den nye frivilligheten?

- Svakere lojalitet kan bety mer krevende rekrutteringsarbeid og større behov for erfaringsutveksling?
- Større krav til individuell tilpasning og aktivitetsorientering?
- Koordinert frivillighet? De frivillige stiller større krav til organisasjonene, og det frivillige gjør krever større profesjonalitet
- Press på tradisjonell medlemsrollen, og derigjennom medlemsdemokratiet?



Kan det også være noen muligheter i endringene?



- Endringer i frivilligheten en mulig innovasjonskraft for organisasjonslivet – tvungen nytenkning?
- Mange ønsker å være frivillige og å delta – men organisasjoner må oftere tilpasse seg de frivillige
- Digitale flater har også potensial for å engasjere flere og på nye måter
- Ulikhet i deltakelse en vekker for å styrket inkluderingsarbeid?

www.sivilsamfunn.no

Senter for forskning på sivilsamfunn og frivillig sektor

Et samarbeid mellom [NORCE Norwegian Research Centre](#) og [Institutt for samfunnsforskning](#)

[Forsiden](#)

[Vi forsker på](#)

[Prosjekter](#)

[Publikasjoner](#)

[Aktuelt](#)

[Personer](#)

[Om senteret](#)

[Søk](#)

Vi forsker på

[Frivillig innsats](#)



[Frivillighetens
samfunneffekter](#)



[Nye former for
samfunnsengasjement](#)



[Det frivillige
organisasjonslandskapet](#)



Siste rapporter

Frivillighetens grunnfjell: Hvem gir mest tid og penger til frivillige organisasjoner? (2019)

Audun Fladmoe, Ivar Eimhjellen, Karl Henrik Sivesind og Sveinung Arnesen

Frivillighet i offentlige og offentlig finansierte kulturinstitusjoner (2018)

Dag Wollebæk

[Se alle publikasjoner](#)

Gruppe 1

Gruppedeltagere: Anne Marie Løland Jensen (Agder), Lene Marie Brobakken (Viken, Akershus og Buskerud), Connie Yven (Øst), Turid Gundersen (Viken, Akershus og Buskerud). Referent: Jonas Ø. Andersen

1. Hva / hvem er Mental Helse? Hva er vår unike posisjon? Bli enige om de tre viktigste punktene som beskriver Mental Helse som organisasjon.

- a. Organisasjonen favner bredt- både personer med egne erfaringer, interesse for feltet, pårørende, de som ønsker å påvirke politisk, fagfolk og støttespillere. Vi favner også alle aldere.
- b. Vi er en brukerorganisasjon
- c. Vår unike posisjon er tilstedeværelse i media. Vi har blitt flinkere til å være synlige i media, og uttale oss i vår sak. Vi har også et veldig bredt spekter av saker som vi kan uttale oss om.

2. Hva slags organisasjon er Mental Helse om 10 år? Ta med innledningen dere har hørt og beskriv kort hvor dere ser for dere at Mental Helse er om 10 år.

- a. Gi frivillige flere oppgaver på møteplassene. Frivillige kan drifte møteplassen uten å ha et verv.
- b. Bygge opp en likepersonstjeneste sammen med sykehus og kommune, som kan komme inn som støtte og ressurs.
- c. At flere organisasjoner jobber sammen om brukerstyrte sentere
- d. Samarbeid med NAV om arbeidsmarkedskurs – kvalifiseringskurs til de som har vært lenge sykemeldte på grunn av psykiske utfordringer.
- e. Mentorvirksomhet. Noen som i større grad hjelper lokallag med medlemsrekruttering, øke aktivitet, øke synligheten.
- f. Ansattressurs i fylkeslagene som kan hjelpe til med operative saker. De tidspunktene som det offentlige ønsker å jobbe med oss er på dagtid, og det skaper utfordring dersom de tillitsvalgte har andre jobber. Den ansattressursen må være der på dagtid for å kunne håndtere dette.
- g. Få inn pårørende inn i større grad som ressurser
- h. Ruste fylkeslagene til å håndtere de tunge sakene, som selvmordstelefoner, gjennom eksempelvis kurs. De vet de skal henvise videre til hjelpetelefonen, men mange av dem som ringer ønsker å snakke med fylkeslederen. Kurs i hvordan en håndterer dette. Eller det kan være kvalifiseringskurs og flere likepersoner som kan håndtere slike situasjoner.
- i. Erfaringskonsulenter ← Vi må i større grad inn på dette feltet.
- j. Bedre opplæring: Det kan også være flere mindre samlinger, eller leire, som legges rundt i distriktene må ulike steder. Det kan også inspirere lokallag til aktiviteter. Vi kan eksempelvis leie folkehøgskoler med tematisk fordypning, opplæring i ulik tematikk som lokallagsarbeid, sosiale medier,

m.m. Dette kan også forløst noe av det regionale arbeidet, samles med regionen.

3. Hvor ønsker dere at vi er om 10 år når det gjelder opplæring, veiledning og ivaretagelse av brukerrepresentanter, og hva er eventuelle delmål underveis?

- a. En gruppe der brukerrepresentanter kan dele erfaring. Det bør være et fora hvor brukerrepresentanter kan dele erfaringer mellom seg. Det finnes allerede noe i Trøndelag ang. brukerforum. Det kan løftes høyere, og møtes fysisk og digitalt.
- b. Det kan også gjøres digitalt. Det må være mer samhandling og diskusjon mellom brukerrepresentanter: både fysiske og nettbaserte rom, der grupper deler erfaringer.

Gruppe 2:

Gruppedeltagere: Rune Lundquist (Hedmark), Vibeke Hellesund (Rogaland), Anna Margrethe Drægebø Moe og Irene Sundholm (Møre og Romsdal). Referent: Sølvi Hagen

1. Hva / hvem er Mental Helse? Hva er vår unike posisjon? Bli enige om de tre viktigste punktene som beskriver Mental Helse som organisasjon.
 - Mental Helse er en organisasjon for alle som bidrar til åpenhet knyttet til psykisk helse.
 - Mental Helse er ikke en diagnoseforening, men favner hele området psykisk helse – og er størst på området.
 - Gir medlemmene et godt nettverk, møteplasser med lokal tilhørighet og trygghet.
 - Mental Helse blir lyttet til og er en kjent organisasjon.
 - Hjelpetelefonen og de forskjellige tilbud den har bidrar til å gjøre Mental Helse kjent.

2. Hva slags organisasjon er Mental Helse om 10 år? Ta med innledningen dere har hørt og beskriv kort hvor dere ser for dere at Mental Helse er om 10 år.
 - Mental Helse vil fremdeles være en sterk medlemsorganisasjon.
 - Mental Helse vil være åpen for frivillig innsats fra medlemmene og andre med interesse for psykisk helse uten at en nødvendigvis har tillitsverv i organisasjonen.
 - Ivaretar et godt medlemsdemokrati og åpen for oppgaver som er aktuelle tidsmessig og interessebasert
 - Enda mer aktivt lokalt opp mot politikere
 - Tilrettelagt aktiviteter og tilbud til de forskjellige aldersgrupper basert på tilbakemelding fra de forskjellige aldersgruppene
 - Gode kurstilbud
 - Hvert enkelt fylkeslag har en ansatt som ivaretar praktiske oppgaver
 - God opplæring for nye styremedlemmer
 - God på å se og «heie» på ildsjeler og se hverandres ressurser

3. Hvor ønsker dere at vi er om 10 år når det gjelder opplæring, veiledning og ivaretagelse av brukerrepresentanter, og hva er eventuelle delmål underveis?
 - Gode nettverk og møteplasser for brukerrepresentanter hvor de kan dele erfaringer og kunnskap – med opplæring
 - Digitale og fysiske kurstilbud som gjør kunnskapen tilgjengelig for flere
 - Klar oppfølging av brukerrepresentanter på hva Mental Helse mener politisk
 - God kontakt mellom de tillitsvalgte og brukerrepresentantene

Delmål:

 - Opprette fylkesvise nettverk for brukerrepresentanter
 - Skolering og mentorordning for brukerrepresentanter

- Kurs for ivaretagelse av brukerrepresentanter
- Metode for tilbakemelding fra brukerrepresentanter
- Nettside for brukerrepresentanter med chat 😊

Gruppe 3:

Gruppemedlemmer: Andreas Lund og Eva Elisabeth Kanck Sjøvold (Nordland), Sara Rios og Tom Guldberg (Oslo), Martha Gulbrandsen (Rogaland).

1. Hva / hvem er Mental Helse? Hva er vår unike posisjon? Bli enige om de tre viktigste punktene som beskriver Mental Helse som organisasjon.

Hva er Mental Helse: Mental Helse er den mest kjente psykisk helse-medlemsorganisasjonen i Norge. Det første stede folk søker informasjon og hjelp.

Hva er vår unike posisjon: Vi sitter på en enorm sekk med kunnskap om psykisk helse. Medlemmene er en stor ressurs, både i forhold til kunnskap og erfaring. Brukererfaring fra pasienter. Fokuset på psykisk helse i samfunnet har gitt Mental Helse et unikt ståsted. Vi er tilstede både lokalt, i fylkene og sentralt og kan jobbe opp mot alle ledd i Norge.

De tre viktigste punktene som beskriver Mental Helse som organisasjon:

- Kunnskap og erfaringsbase gjennom brukermedvirkning på tvers av pårørende og pasienter.
- Hjelpetelefonen
- Dekker nasjonale, fylkesvise og lokale arenaer

2. Hva slags organisasjon er Mental Helse om 10 år? Ta med innledningen dere har hørt og beskriv kort hvor dere ser for dere at Mental Helse er om 10 år.

Fortsetter å jobbe med åpenhet og har brutt ned noen stigma. Være ledende politisk for å få gjennom gode tiltak for en bedret psykisk helse. Større gjennomslag for fokus på psykisk helse. At vi har økt i medlemstall for å øke vår påvirkningskraft. Mål: 100 000 medlemmer. At vi har blitt flinkere til å ta vare på og støtte opp lokallagene. Nasjonale digitale kasserersamlinger. Fokus på forebyggende arbeid mot unge mennesker. Forebyggende arbeid og lavterskeltilbud som våre hovedsaker.

Kan vi gjøre det med dagens struktur? Ansatte på fylkesnivå hadde gjort veien mot måloppnåelse lettere. Sentralt ansatte fylkessekretærer som hadde hvert sitt fylke og fulgte opp fylket fra styrevedtak til oppfølging.

3. Hvor ønsker dere at vi er om 10 år når det gjelder opplæring, veiledning og ivaretagelse av brukerrepresentanter, og hva er eventuelle delmål underveis?

Vi må bli flinkere til å lære opp kommuner og fylkene i hva brukerrepresentasjon er, og hva forskjellen mellom en brukerrepresentant og en erfaringskonsulent. Det er en stor problematikk i dag at for eksempel erfaringskonsulenter brukes som brukerrepresentant. Ha egne kurs for brukermedvirkere, og kurs vi kan selge til andre – spesielt rettet mot kommuner og fylker. Opprette en nasjonal brukersertifisering. Mentorordning tilknyttet nye brukerrepresentanter. Gi verktøy og arenaer for brukermedvirkere.

Gruppe 4

Gruppedeltagere: Anna-Elise Opheim og Tove-Mette Valen (Trøndelag), Ellen-Bente Holtungen (Vestfold), Gerd Bjørkedal (Sogn og Fjordane). Referent: Brita Brekke

Gruppeoppgaver:

1. Hva / hvem er Mental Helse? Hva er vår unike posisjon? Bli enige om de tre viktigste punktene som beskriver Mental Helse som organisasjon.
 - a. Medlemsorganisasjon innenfor feltet psykisk helse, for fagfolk, personer og pårørende med psykiske helseutfordringer og andre interesserte som fremmer psykisk helse – fremmer viktigheten av å ha en psykisk helse, jobber for å fjerne tabu. Fremmer viktigheten av å se hele mennesket i behandling.
 - b. En sosiopolitisk medlemsorganisasjon. Todelt, medlemsorganisasjon med politisk mål og sosialt grasrotarbeid som skaper arenaer og møteplasser.
 - c. Det at vi jobber lokalt gjør oss unike. Og det at vi har tilgang inn i fagarenaer og politiske miljøer, pluss at vi har mulighet til å påvirke tilbud der vi bor, for eksempel som brukerrepresentanter.

2. Hva slags organisasjon er Mental Helse om 10 år? Ta med innledningen dere har hørt og beskriv kort hvor dere ser for dere at Mental Helse er om 10 år.

Vi er en sterkere organisasjon, fordi:

- a. Vi har sterke lokallag som skaper gode tilbud for medlemmene.
 - b. Vi er mer til stede i råd og utvalg og dermed kan påvirke mer. Vi kommer til å være bedre på brukerrepresentasjon.
 - c. Vi jobber både med grasrota og med politikken parallelt.
 - d. Har ressurser (arenaer og økonomi) til å skape gode møteplasser, og det er politisk bestemt at det skal være møteplasser i alle kommuner.
 - e. Aksepten er større for viktigheten av psykisk helse, og vår erfaringskompetanse verdsettes.
 - f. Vi har en sterkere stemme overfor politiske miljøer. De som har posisjon til å arbeide politisk i vår organisasjon er kompetente og dyktige og jobber profesjonelt
 - g. Hjelpetelefonen er styrket
-
3. Hvor ønsker dere at vi er om 10 år når det gjelder opplæring, veiledning og ivaretagelse av brukerrepresentanter, og hva er eventuelle delmål underveis?
 - a. Opplæring generelt:
 - i. Mer skolering i å drive praktisk organisasjonsarbeid
 - ii. Skolering av valgkomiteer
 - iii. Sentralt må lage kurs for å sørge for at hele organisasjonen får lik opplæring.
 - b. Brukerrepresentanter:

- i. Styrke brukerrepresentantene mer enn vi har gjort i dag
- ii. Behov for samarbeid og møter mellom brukerrepresentanter.
Trenger å møtes og utveksle erfaringer og ha politiske diskusjoner, og få hjelp til å bli gode.
- iii. Fylket tar ansvar for å ta kontakt med «sine» brukerrepresentanter, de må følges opp.
- iv. Fylket må arbeide aktivt med å rekruttere brukerrepresentanter
- v. KUPP kan vurdere å endre strategi for arbeidet – studielederne bør lære å lage kurs.



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE

Tema 2021

Verdensdagen i 2020

- 2215 markeringer
- 115 registrerte markeringer med MH i tittelen
- Flest skoler og barnehager i tillegg til:
 - bedrifter
 - organisasjoner
 - Annet (turgrupper, treningsentre, private, musikk etc)



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

Svalbard	1
Rogaland	81
Møre og Romsdal	111
Troms og Finnmark	135
Nordland	138
Innlandet	145
Vestfold og Tel	149
Trøndelag	157
Agder	204
Vestland	221
Oslo	328
Viken	538





VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER



Facebook

Følgere 22940 + 3113 i perioden

Rekkevidde 510 000

Instagram

Nådd 41 882 kontoer + 400 %

Eksponeringer 651 745 + 1000 %

Profilbesøk 25 816 + 2200 %

Antall trykk nettsted 361 + 760 %

SnapChat

Snapchat-filterannonse

300 000 unike Snapchat-brukere

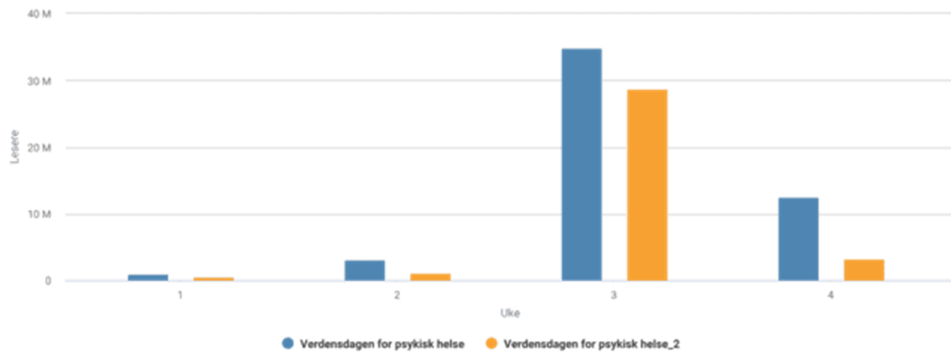
516 000 visninger totalt

LinkedIn

Totalt 358 + 41 følgere opp 127%



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER



- P1 – VD og markeringer – intervjuet en arrangør
- P2 – Helgeslutt (menn og psykisk helse)
- P3 – Torsdagsgjesten
- MP3 – omtalte offisiell markering
- P13 – kristenradio
- Ledere i ulike aviser/nettavis
- MH tillitsvalgt apparat fikk tilsendt budskapsplattform til VD



- 920.369 ganger på vg.no, til 294.465 unike lesere
- 60% menn og 40% kvinner

Oppdraget til Verdensdagen for psykisk helse

- legger premisset for tema



VERDENS DAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

«Mål for tilskuddsordningen er å øke befolkningens forståelse av egen psykiske helse, hva som bidrar til god og dårlig psykisk helse og å øke åpenheten om psykisk helse i samfunnet.»

Oppdraget til Verdensdagen for psykisk helse

- legger premisset for tema

- Alle har en psykisk helse! - Folkehelse-/ befolkningskampanje
- Øke kunnskap og åpenhet rundt psykisk helse
- Fremme gode levevaner for god folkehelse
- Bidra til å styrke egen og andres psykiske helse
- Lokalt engasjement og markeringer på ulike arenaer



VERDENS DAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

Prosess



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER



- Prosjektgruppe i VD har ansvar for prosessen
- VD prosjektgruppe inkl frivillige
- Mental helse fylkes- og lokallag
- Mental Helse ansatte
- Samarbeidspartnere til Verdensdagen for psykisk helse
- Arrangører av Verdensdagen for psykisk helse
- Generalsekretær og kommunikasjonssjef
- Sentralstyret ble invitert
- Hdir



Internasjonalt og norsk tema



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER



- Vi er en folkehelse- og befolkningskampanje
- Vi skal favne bredt og ulike miljøer
- Flere andre land gjør egne ting: USA – en måned i mai, og et par uker i oktober. England med egne temaer.
- Fastsettes sent på året – tema varierer, passer ikke alltid til den norske modellen
- Ingen motsetning – heller tenke hvordan knytte de to temaene nærmere hverandre

2021 : Psyk hverdag



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER



- 7 av 10 som sliter med psykiske vansker og/eller rus fikk det verre under koronapandemien (erfaringskompetanse.no) - flere symptomer, mer rus, selvmordstanker og triggering av traumeerfaringer
- FN påpeker at alle ringvirkningene som nedstengningene av samfunn har hatt, der isolasjonen, tap av arbeid og inntekt, mangel på kontakt med andre, usikkerhet rundt framtiden og angst for ny forverring av forholdene, er faktorer som kan påvirke den psykiske helsen
- Psykologisk institutt ved Universitetet i Oslo har gjort en undersøkelse som viser en to- til tredobling av symptomer på angst og depresjon under koronakrisen
- En av fire svarte at de opplever livssituasjonen og hverdagen som psykisk belastende



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

2019 -2021

Oppmerksomhet og
tilstedeværelse



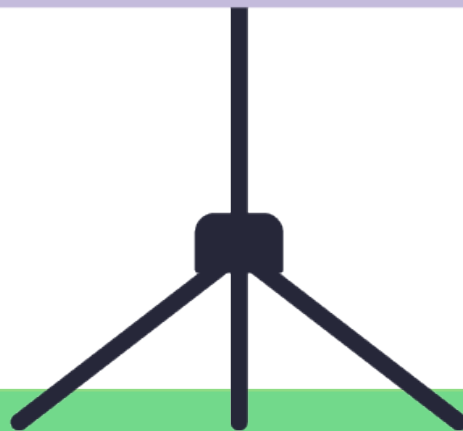


VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

Gi tid! #gitid

Bruke tiden på å gjøre ting som er godt for den psykiske helsen.

Tilstedeværelse viktig for relasjonene våre, og er selve premisset for gode samtaler og det å kunne være der for andre.





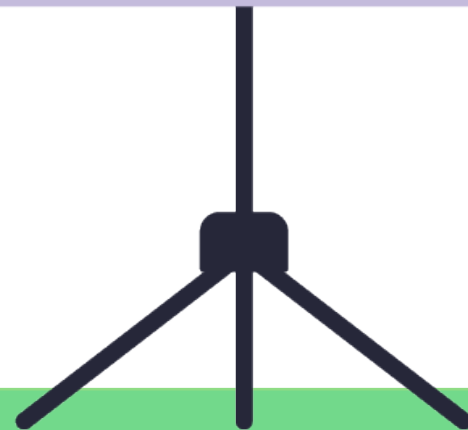
VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

Spør mer! #spør

Vær oppmerksom. Vis interesse. Spør mer.

Alle har behov for å bli sett. Det å bli sett gir en følelse av å høre til og være viktig.

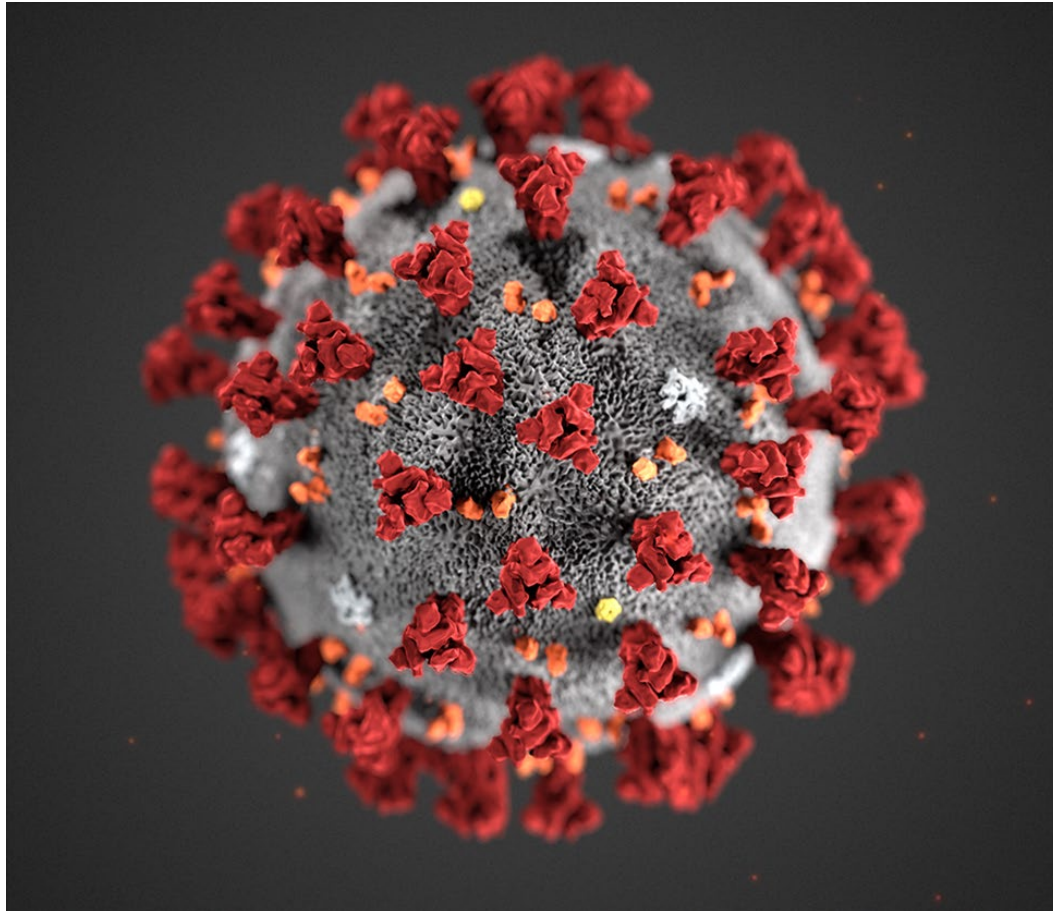
Oppdage om noen trenger hjelp.



Dagens situasjon



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER



- Sosial distanse
- Usikkerhet
- Ensomhet – 33% gutter og 23% jenter rapporterer at de er veldig/ganske mye plaget av ensomhet (Oslo-ungdom i koronatiden, Ungdata)
- Færre ungdom er tilfreds med livet, økning på 10 % som skårer lavt (Ungdata)
- 1700 flere dialoger med selvmord som tema enn i 2019 (sidetmedord.no/ Hjelpetelefonen)
- Fra juni til oktober 30% økning i henvendelser om depresjon
- 88 % flere samtaler fra menn under 30 MH Hjelpetelefon
- 24.395 chatter sammenlignet med 4060 året før-sidetmedord.no



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

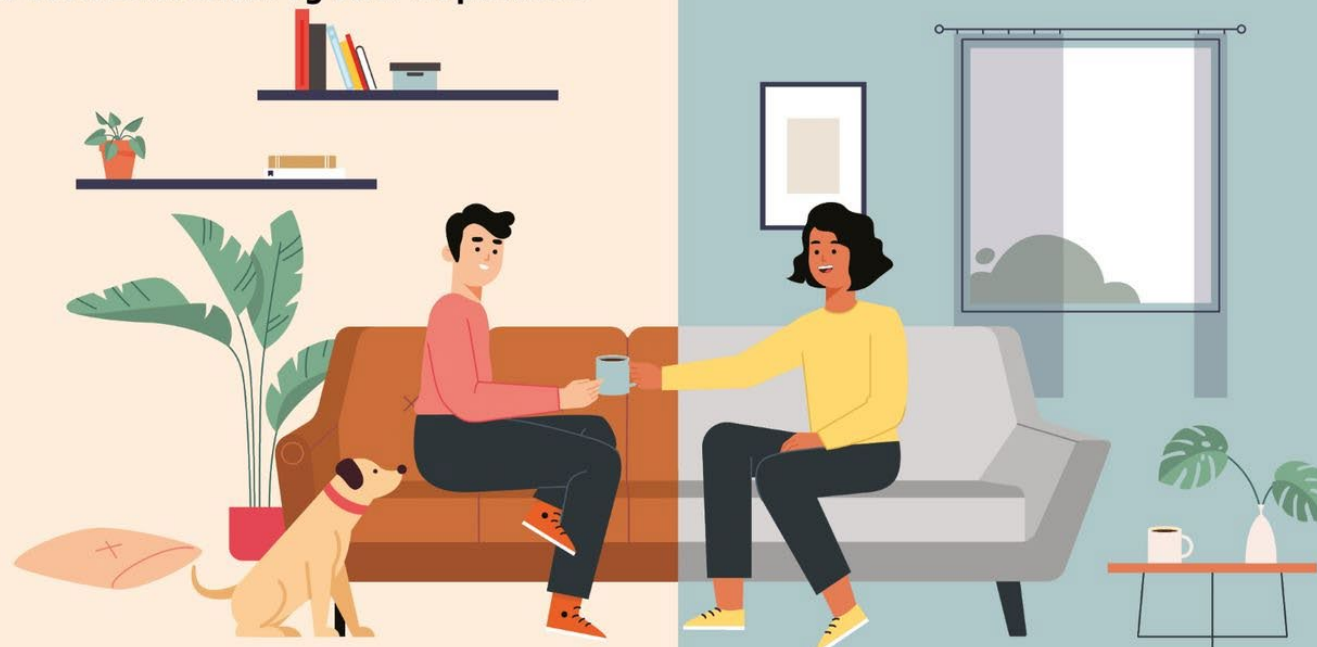
Hvordan påvirker situasjonen oss negativt?

- Færre/fravær av sosiale holdepunkter
- Ensomhet forklares som et resultat av manglende (fysisk) nærhet
- Ensomhet kan føre til depresjon og engstelse
- Fravær av opplevd fellesskap
- Opplevd manglende/lite sosiale støtte
 - Sosial støtte øker motstandskraften
 - Manglende sosial støtte svekker evnen til å mestre påkjenninger og vanskelige situasjoner
 - Manglende sosial støtte bidrar til at en i mindre utstrekning søker faglig hjelp når en blir syk
 - Mangel på sosial støtte bidrar til usunn livsstil, i form av røyking, mangel på mosjon, usunt kosthold og relativt stort alkoholforbruk
 - Nærmiljø spiller en rolle i å skape sosiale nettverk



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

Tema 2021: Livet under og etter en pandemi



#verdensdagenforpsykiskhelse #psykiskhelse #følgopp



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE

#FØLG OPP



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

«I 2021 ønsker vi å belyse hvor verdifulle vi mennesker er for hverandre, og hvor viktig fellesskap og tilhørighet er for god psykisk helse. Årets kampanje oppfordrer derfor alle til å følge opp familie, venner, kollegaer, bekjente, medarbeidere, ledere og seg selv. Alle rundt oss. Ved å følge opp skaper vi fellesskap og nærhet. Dette bidrar til å forebygge ensomhet og utenforskap.»

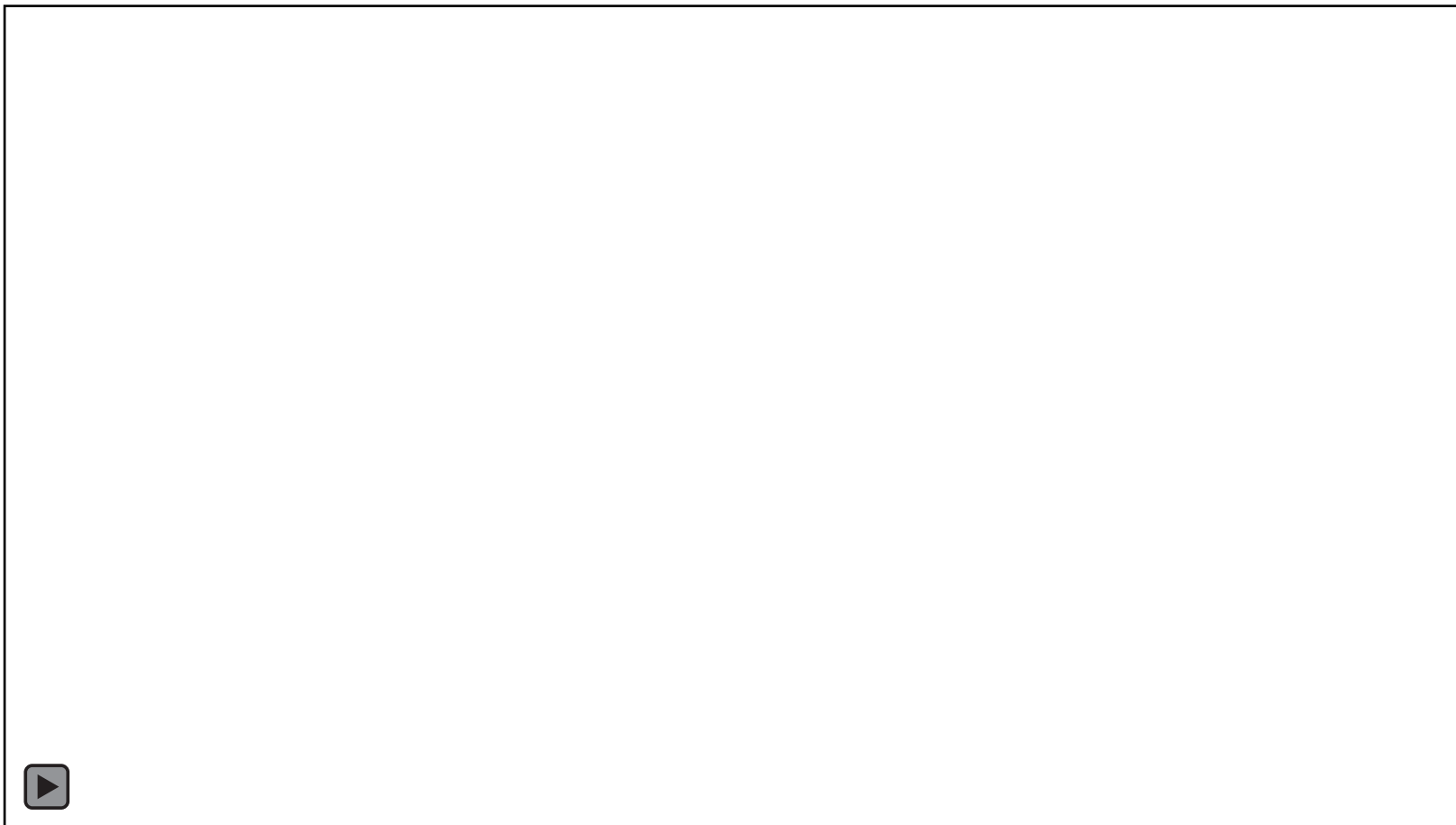


VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER

- Hvordan gjenoppretter vi, eller skaper en ny, nærhet som bygger god psykisk helse?
 - Hvordan skaper vi fellesskap som bygger god psykisk helse?
 - Hvordan kan skole og lærere være nær og skape tilhørighet?
 - Forebygge utenforskap og frafall?
 - Hvordan kan ledere skape gode arbeidsmiljøer som fremmer gode kulturer?
 - Hvordan følger ledere opp arbeidstakere som har hjemmekontor og mangler arenaer for å skape nettverk og tilhørighet på jobben?
 - Hvordan påvirker mangel av fysisk nærhet arbeidsmiljøet og sykefraværet?
-
- Følg opp – ved å være til stede i egne og andres følelser. Ved å kunne vise aksept og normalisere hele følelsesregisteret vi mennesker har, vil det kunne bli enklere å snakke om vår psykiske helse.



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER



WEBINAR 22.MARS



VERDENSDAGEN
FOR PSYKISK HELSE
10. OKTOBER